

# Abenteuer Gesundheit Workshops

## Ausrüstungsliste

### Bekleidung je nach Witterung

- Wetterangepasste, sportliche Bekleidung

### Technische Ausrüstung Allgemeine Ausrüstung

- Jause für tagsüber
- Trinkflasche mind. 1l

### Optionale Ausrüstung

