

Was muss der Teilnehmer beachten?

Eine telefonische Anmeldung oder Anmeldung via Email ist spätestens bis am Samstag vor der Wanderung zwingend notwendig. Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Die Teilnahme an einer Wanderung ist nicht an eine Mitglied- oder Gönnerschaft gebunden. Die Mitgliedschaft bei 'Ettige mitenand' ist natürlich sehr empfohlen.

Um eine sorgenfreie Wanderung geniessen zu können, sollte man bei viel Sonne Sonnenschutz (-Hut, -Brille und Crème), im Winter warme Kleidung (Handschuhe, Schal, Mütze) und bei Regen Regenschutz (Regenjacke, -hosen und Überzug für Rucksack) berücksichtigen. 5 dl Flüssigkeit in einer Trinkflasche mitnehmen. Wanderstöcke sind meistens von grossem Vorteil und werden sehr empfohlen.

Wichtig ist das Mitnehmen von persönlichen Medikamenten und ebenfalls einen aktuell ausgefüllten Notfallausweis. Hier eine Vorlage. Bitte ausfüllen, mit einem Foto ergänzen, ausdrucken, unterschreiben, zusammenfalten und im Portemonnaie mitführen. Spezifische Notfallausweise, z.B. für Blutverdünnung, gibt es auch beim Hausarzt.

