

Basisgewicht	3.959,42 g
Verbrauchsgüter (ohne Wasser, Essen, Brennstoff)	354,53 g
(am Körper)	1.687,00 g
Gesamt (ex. am Körper)	4.313,95 g

Tage: 21

am Körper?

# Ausrüstung (ohne Kleidung)	Masse	Σ Masse	
1 x Hüfttasche	982 g	982 g	24,8%
1 x Poncho, GWC, inkl. Zubehör, Six Moon Designs	480,72 g	480,72 g	12,1%
1 x GramXpert 100, schwarz/gelb, 12 °C, 8 °C	434 g	434 g	11,0%
1 x NeoAir Xlite NXT Short, Therm-a-Rest	330 g	330 g	8,3%
1 x Google Pixel 9 Pro (inkl. Hülle)	242 g	242 g	6,1%
1 x P5, Nitecore Powerbank NB10000 Gen4	151 g	151 g	3,8%
1 x Cyclite Lenkerrolle	148 g	148 g	3,7%
1 x Kochset „Toaks“ mit Aludeckel	126 g	126 g	3,2%
1 x Erste Hilfe, Ohropax, Zeckenschlaufe, Pfeife	122 g	122 g	3,1%
1 x Isomatte, GossamerGear 3,2 mm	86 g	86 g	2,2%
2 x 1,5 L PET-Flasche	30 g	60 g	1,5%
1 x Zeltunterlage, Polycro	58 g	58 g	1,5%
1 x Jabra 8 Active Gen 2 (Kopfhörer)	56 g	56 g	1,4%
1 x myog Zeltstange mit Gummiband	47 g	47 g	1,2%
1 x Repair-Kit	44 g	44 g	1,1%
1 x L4, Anker 511 Charger, Nano 3, 30W, 1 Port	43 g	43 g	1,1%
1 x Knirschiene mit Dose	27 g	27 g	0,7%
1 x Kabel: USB C ↔ C (weiß m. roter Markierung, lang)	27 g	27 g	0,7%
1 x Kabel: USB-C ↔ USB-C (schwarz, lang)	25 g	25 g	0,6%
4 x Karten (Kreditkarte, Perso, KV, Polygo)	5 g	20 g	0,5%
1 x Schlafmaske (Cocoon de luxe)	19 g	19 g	0,5%
1 x Schlüssel	18 g	18 g	0,5%
1 x Kopflampe, Nitecore Tube v2, mod	15 g	15 g	0,4%
1 x Handtuch, klein (StS AIRLITE TOWEL S)	13 g	13 g	0,3%
1 x Schaufel (The Deuce #1)	12,7 g	12,7 g	0,3%
1 x StS, Mesh, 9L, M, blau	12 g	12 g	0,3%
1 x Löffel (StS Alpha Light)	9 g	9 g	0,2%
1 x Zahnbürste (elverde)	9 g	9 g	0,2%
1 x Alpenblow Pumpe V2	9 g	9 g	0,2%
1 x Portemonnaie (GramXpert UL Wallet)	7 g	7 g	0,2%
1 x Adapter: USB-C ↔ Garmin-Ladestecker	5 g	5 g	0,1%
1 x Adapter: USB-C ↔ USB-Micro	4 g	4 g	0,1%
1 x Adapter: USB-A (Stecker) ↔ USB-C (Buchse)	3 g	3 g	0,1%
1 x PET-Deckel-Bidet	1 g	1 g	0,0%

# Verbrauchsgüter	Masse	Σ Masse
1 x Nivea Sun Spray	235 g	235 g
21 x Klopapier (4 Blatt)	3 g	63 g
63 x DENTTABS	0,31 g	19,53 g
1 x Hirschtalg	16 g	16 g
1 x Seife, Dr. Bronners	15 g	15 g
1 x Zahnseide	3 g	3 g
2 x PET-Dusche	1,5 g	3 g

# Kleidung	Masse	Σ Masse
ja 1 x The North Face, Vectiv Infinite 2	658 g	658 g
ja 1 x Frilufts, Hose, lang, Größe 54, OCOA ZIPOFF PANTS	386 g	386 g
ja 1 x Sun Hody (Alpenglow Pro Black Diamond, L)	276 g	276 g
1 x T-Shirt, Merino, blau, ALPIN LOACKER, L	155 g	155 g
1 x Quechua Windjacke	85 g	85 g
ja 1 x Boxershorts, Merino, DanishEndurance, schwarz, L	77 g	77 g
ja 1 x Tennismütze	75 g	75 g
ja 1 x Garmin Fenix 7 Sapphire Solar	74 g	74 g
1 x Badehose, rot	74 g	74 g
ja 1 x Darn Tough, Wandersocke, grau, Men's Light Hiker Quarter	54 g	54 g
ja 1 x Tidy Gear Gaiters	38 g	38 g
ja 1 x Wandergürtel	34 g	34 g
ja 1 x Stofftaschentuch	15 g	15 g

Huckepacks Phoenix L, 30 plus 10 Liter

1 x Rucksack	429 g	429 g
1 x beiPack lite	48 g	48 g
1 x Hüfttasche Lite (ohne Gurte)	35 g	35 g
1 x Hüftgurt (Standard, gekürzt)	18 g	18 g
1 x Schultertasche (gramXpert)	18 g	18 g
1 x Brustgurt	13 g	13 g
0 x S-BINER	3,25 g	g
3 x S-BINER (groß)	3,7 g	11,1 g
1 x Fronttaschenkompression	8 g	8 g
1 x Außenbefestigung für Backpanel	8 g	8 g
1 x Seitenkompression	5 g	5 g
0 x Sea To Summit Karabiner	3 g	g
0 x Hüfttasche (ohne Gurte)	44 g	g
0 x Hüftgurt (Standard)	23 g	g
0 x Hüftgurt+	65 g	g
0 x Innenbefestigung für Backpanel	11 g	g
0 x Rückenpolsterung	120 g	g

Bonfus Altus, 22 Liter

1 x Rucksack	335 g	335 g
1 x Rückenpolsterung	40 g	40 g
1 x Hüftgurt (Standard)	37 g	37 g
1 x beiPack lite	35 g	35 g
1 x Bonfus Schultergurttasche, weiß	11 g	11 g
3 x S-BINER (klein)	3,25 g	9,75 g
0 x S-BINER (groß)	3,7 g	g
1 x Gummiband Rückenpolsterung, inkl. Stopper	5 g	5 g
2 x Gummiband für Tarpstangen, inkl. Stopper	1 g	2 g
0 x Schultertasche (gramXpert)		g
0 x Brustgurt	12 g	g
0 x Gummiband für das Mesh, inkl. Stopper	7 g	g
0 x Gummiband Rückenpolsterung (original), inkl. Stopper	8 g	g

Sub-Nero Ultra, 17 Liter

1 x Rucksack	231 g	231 g
1 x Vest	150 g	150 g
0 x Standard Schultergurt	76 g	g
1 x Hüftgurt	35 g	35 g
0 x S-BINER (klein)	3,25 g	g
3 x S-BINER (groß)	3,7 g	11,1 g
0 x beiPack lite	35 g	g
0 x Rückenpolsterung	0 g	g

Hüfttasche

1 x Hüfttasche	750 g	750 g
0 x Flaschenhalter (original)	134 g	g
2 x Flaschenhalter (modifiziert)	116 g	232 g
		g

54,5 Liter

Korpus: 33 Liter
 Extension: 10 Liter
 Außentaschen: 11,5 Liter

Rucksäcke

Huckepacks Phoenix L, 30 plus 10	593,1 g
Bonfus Altus, 22 Liter	474,75 g
Sub-Nero Ultra, 17 Liter	427,1 g
Salomon ADV SKIN 12, 12 Liter inkl. Hüfttasche	277 g
Salomon ADV SKIN 12, 12 Liter	247 g
Hüfttasche	982 g

28 Liter

Korpus: 22 Liter
 Außentaschen: 6 Liter

30 Liter

Korpus: 17 Liter
 Front Mesh: 8 Liter
 Seitentasche: 5 Liter

Inventarnummer	Name	Alternativer Name	Modellnummer	Gewicht	Energie	max. Leistung (um selber geladen zu werden)	max. Ladeleistung (um andere Geräte zu laden)	Ladedauer	Link
P1	P1, Anker PowerCore III Elite 19200 60W Powerbank mit 65W	Anker 535 Power Bank (PowerCore 19A1284		409 g	71,04 Wh	60 W		60 W 1,47 h	https://www.anker.com/products/b1284
P2	P2, Anker PowerCore Essential PD 20000	Anker 525 Power Bank (PowerCore 20A1281 oder A1287?		342 g	72 Wh	18 W			https://www.anker.com/products/a1287
P3	P3, Anker PowerCore 5000mAh		A1109	137 g	18,5 Wh	10 W		10 W	https://www.anker.com/products/a1109
P4	P4, Nitecore Powerbank NB10000 GEN2		-	152 g	38,5 Wh	18 W	USB-C (single): 20 W USB-A (single): 18 W Beide: 15 W		https://www.nitecore.de/power-solutions
P5	P5, Nitecore Powerbank NB10000 Gen4			151 g					

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-AL_bU5yGwcGXiqplQ8qeoI4_XGkkug8HGxDbnnkkQc/edit#gid=1623186548

Inventarnummer	Ladegerät	max. Ladeleistung	Modellnummer	Gewicht	Link
L1	L1, Anker Power Port III 65 W Pod, IQ Ladegerät, 1 Port	65 W	A2712	122 g	
L4	L4, Anker 511 Charger, Nano 3, 30W, 1 Port	30 W USB-C: max. 45 W Dual: max. 47 W - oberer Port (C1) max. 27 W - unterer Port (C2) max. 20 W	A2147	43 g	https://www.anker.com/eu-de/products/A2147
L5	L5, Anker 523 Charger, Nano III, 47W, 2 Ports	USB-C: 36 W USB-A: ? W	A2039	85 g	
L2	Ugreen	Dual: 2x 18 W	CD170	117 g	
L3	Samsung Ladegerät	10 - 15 W		39 g	

https://www.reddit.com/r/Ultralight/comments/12ypu5j/eu_charger_weight_dump/

Verbraucher	Energie	max. Ladeleistung
Garmin GPSMAP 66i	Vermutung 4,35 Wh	
Nitecore Powerbank NB10000 GEN2		18 W (5V-2,4A / 9V-2A)
Garmin Fenix 7 Sapphire Solar	Vermutung 1,1 Wh	
Google Pixel 9 Pro		45 W

Kopflampe

Kopflampe, Nitecore N25	31 g
Kopflampe, Nitecore Tube v	15 g
Kopflampe, Petzl Bindi	33 g

Name	Gewicht	Gesamtgewicht	126 g
1 x Toaks Pot 550 ml	57 g	57 g	
1 x Titan Windschutz von Toaks mit Büroklammer	15 g	15 g	
1 x 30ml Spill Proof (Kocher)	14 g	14 g	
1 x UL Plastik Herman	15 g	15 g	
1 x UL Ständer	6 g	6 g	
1 x Deckel aus Alu	1 g	1 g	
0 x Toaks Pot 550 ml - Deckel	17 g	0 g	
0 x 50ml Spill Proof (Kocher)	18 g	0 g	
0 x Soto Micro Lifter (Herman)	14 g	0 g	
0 x Ständer	11 g	0 g	
0 x Reduzierring für 30ml Spill Proof	2 g	0 g	
0 x Reduzierring für 50ml Spill Proof	2 g	0 g	

Zubehör

1 x Bic Mini	11 g	11 g	
1 x StS, Mesh, 2,5L, XXS, blau	7 g	7 g	

Label	Name	Farbe	Gewicht	Temperatur	Offizielle Temperatur (Komfort, Limit)	Notiz
GramXpert 67, blau/orange, 14°C, 11°C	GramXpert eLite Quilt Apex 67	blau/orange	332 g	~14 °C	11 °C (zwischen Komfort und Limit)	
GramXpert 100, schwarz/gelb, 12 °C, 8 °C	GramXpert eLite Quilt Apex 100	schwarz/gelb	434 g	~12 °C	8 °C (zwischen Komfort und Limit)	
GramXpert 133, blau/schwarz, 9°C, 5°C	GramXpert eLite Quilt Apex 133	blau/schwarz	520 g	~9 °C	5 °C (zwischen Komfort und Limit)	
GramXpert Apex 200, rot/schwarz, 3°C, -1°C	GramXpert eLite Quilt Apex 200	rot/schwarz	665 g	~3 °C	-1 °C (zwischen Komfort und Limit)	
Cumulus Quilt 450, grün, -, -1 °C, -7 °C	Cumulus Quilt 450	grün	753 g		-1 °C, -7 °C	

GramXpert eLite Quilt Apex 233 (Pia)	690
Schlafsack (0 °C, -5°C, -23°C)	1.900 g
Schlafsack (10 °C)	688 g

Isomatte	Gewicht	R-Wert	Temperatur
NeoAir XLite NXT Large, Therm-a-Rest	446 g		4,5 Bis -11 °C
Z Lite SOL, Therm-a-Rest	432 g		2 Bis +2 °C
Z Lite, Therm-a-Rest	407 g		1,7 Bis +4 °C
Kanchen Junga, Relags, 9 mm	126 g?		Bis +10 °C
NeoAir Xlite NXT Short, Therm-a-Rest	330 g		4,5 Bis -11 °C
Isomatte, GossamerGear 3,2 mm	86 g		0,5 Bis +13 °C

Unterlage	Gewicht
Zeltunterlage Tyvek hard, GWC	123 g
Zeltunterlage Tyvek hard, Tarp	98 g
Zeltunterlage, Polycro	58 g

Hosen	
Frilufts, Hose, kurz, Größe 54, OCOA ZIPOFF PANTS	248 g
Frilufts, Hose, lang, Größe 54, OCOA ZIPOFF PANTS	386 g
Graue Sporthose, Boulderhose	166 g
Wespornow, Hose, kurz	295 g
Schuhe	
Lowa Renegade GTX inkl. Einlagen	1.335 g
The North Face, Vectiv Infinite	664 g
hanwag Tatra Light GTX	1 g
The North Face, Vectiv Infinite 2	658 g
Handschuhe	
Gartenhandschuhe	43 g
Handschuhe, weiß	68 g
Fahrradhandschuh, Kutook, gelb	71 g
Wollhandschuhe, blau/weiß	45 g
Wollhandschuhe, blau, graue Fingerspitzen	51 g
Jacken	
GoreTex Jacke, gelb	1.226 g
GoreTex Jacke, nur Futter	526 g
Forclaz Puffy Jacket, 5 °C bis -5 °C	392 g
Socken	
Dicke Merino Socken, DANISH ENDURANCE	87 g
wasserdichte Socken, Dexshell Bamboo Ultralite (L)	85 g
wasserdichte Socken, SealSkinz, M	75 g
Merino Socken, FALKE TK2 Short Cool	59 g
Merino Socken, FALKE TK5	47 g
Darn Tough, Wandersocke, grau, Men's Light Hiker Quarter Lightweight Hiking Sock	54 g
Darn Tough, Laufsocke, blau	32 g
Mützen	
Mütze, To the Max	68 g
Mütze, Dilling, Merino	85 g
Mütze, Amazon, blau	55 g
Beanie, Icebreaker	26 g
Hüte	
Hut, The North Face	80 g
Tennismütze	75 g
Hut, Einskey	146 g
Schlauchscha	
Schlauchschal, Goldsteig	35 g
T-Shirts	
T-Shirt, Merino, blau, ALPIN LOACKER, L	155 g
T-Shirt, Merino, blau, Dilling, L	170 g
Sporttshirt, blau	166 g
Hemden	
Merino Polo-Hemd, super.natural, L	272 g
dunkel blaues Hemd	269 g
Boxershorts	
BoxerShorts, Merino, Dilling, rot, dick, L/6	92 g
Boxershorts, Merino, DanishEndurance, schwarz, L	77 g
Boxershorts, schwarz, Alltag	64 g
Skimütze	
Skimütze, groß, Hisert	43 g
Skimütze, klein	28 g

Kleine Packsäcke

Isomatte	18 g
Hering Beutel	6 g
Tarp	13 g
Poncho	16 g
Kopfkissen	5 g
Inlet	15 g

Packsäcke/Drybags

StS, Ultra-Sil, 4L, türkis	20 g
StS, Ultra-Sil, 4L, orange	20 g
StS, Ultra-Sil, 2L, orange	16 g
StS, Mesh, 9L, M, türkis	12 g
StS, Mesh, 6,5L, S, orange	11 g
StS, Mesh, 4L, XS, gelb	9 g
StS, Mesh, 2,5L, XXS, türkis	7 g
StS, Mesh, 9L, M, blau	12 g