

Was braucht man für eine Nacht Zelten? (Packliste+Tipps)

Zelten ist die einfachste Art, in der Natur zu übernachten. Dennoch scheint es für viele Menschen auch oft die Schwierigste. Beim Übernachten in der Natur geht es darum, möglichst wenig zu brauchen.

Ich denke dabei an den Spruch: Keep it simple. Vor allem für eine Nacht im Zelt musst du nicht den halben Hausstand mitschleppen. An das Wichtigste solltest du allerdings denken, um eine Nacht zu Zelten.

Grundsätzlich sind ein Zelt, ein Schlafsack, die Isomatte und eine Taschenlampe deine wichtigsten Begleiter. Nimm weiterhin ausreichend Wasser und Essen mit. Da es nachts kühler wird, packst du lieber einen Pullover mehr ein. Dein Erste-Hilfe-Set und eine kleine Notfallapotheke solltest du immer mitnehmen.

Lies weiter und ich gebe dir jetzt noch mehr Tipps, sodass deine Nacht im Zelt nicht in einer Katastrophe endet.

Packliste für eine Nacht im Zelt

Ich stelle dir nun meine Packliste für eine Nacht im Zelt vor. Dabei nehme ich nur das Nötigste mit und manche Leser werden vielleicht denken, dass ich auf allerlei Annehmlichkeiten verzichte.

Jedoch stellt das für mich keinen Komfortverzicht dar, denn ich fühle mich pudelwohl mit dieser Ausrüstung.



Lass uns starten. Los geht es natürlich mit der Behausung, die uns vor Wind und Regen schützt.

Zelt und Co.

- Zelt ([hier mein ultimativer Kaufratgeber](#))
- Heringe
- Abspannseile
- Eine Plane, ein Tarp (sollte dein Zelt nicht wasserdicht sein, hier meine [Bestenliste](#))

Alles rund ums Schlafen

- Schlafsack ([hier meine Topliste anschauen](#))
- Kissen
- Isomatte ([meine Topliste anschauen](#)) oder Luftmatratze ([kann man eine Luftmatratze zum Campen nehmen?](#))



Isomatte und Schlafsack gehören zur Grundausrüstung

Lies auch: [Wie schläft man im Zelt am besten? \[Schlafmöglichkeiten und Tipps\]](#)

Die richtige Kleidung

- Trekkingschuhe
- Funktionsunterwäsche
- Regenjacke
- Wanderhose / [Outdoorhose](#)
- Regenhose (falls deine Wanderhose nicht wasserabweisend ist)
- T-Shirt (am besten aus Merinowolle, da diese schnellrocknend ist)
- Fleecejacke
- Wandersocken (am besten auch aus Merinowolle)
- Je nach Temperatur Mütze, Handschuhe oder Sonnenhut



Ohne die richtige Kleidung ist eine eine Nacht im Zelt nicht zu denken

Lesetipp: [Ist es gefährlich bei Gewitter zu zelten?](#)

Lebensmittel

- Wasser (2 Liter reichen meist aus für eine Nacht)
- Belegte Brote oder Brötchen
- Snacks, wie Knacker oder Gemüse (Karotten, Paprika, Gurke)
- Müsliriegel oder Studentenfutter

Elektronik und Werkzeuge

- Taschenlampe / Stirnlampe
- [Powerbank](#) (wenn du nicht auf dein Handy verzichten kannst, dann vergiss auch nicht dein Ladekabel)
- [Taschenmesser](#)
- Feuerstahl



Mit dem Feuerstahl entzündest du in wenigen Minuten ein Feuer

Lesetipp: "[Wie du mit dem Feuerstahl schnell und einfach ein Feuer entzündest](#) (Anleitung + Video)"

Persönliches

- Zahnbürste und Zahnpasta
- Evtl. Sonnencreme
- Ein kleines Handtuch
- Taschentücher oder Toilettenpapier

Nicht zu vergessen!

- Erste-Hilfe-Set
- Insektenschutz
- Reiseapotheke



Eine Erste-Hilfe-Set ist Pflicht, wenn du draußen in der Wildnis unterwegs bist

Lesetipp: [Outdoor-Erste-Hilfe-Set](#) zusammenstellen und anwenden

Am Lagerfeuer

- Grillanzünder für das Lagerfeuer (oder [Zunder](#) aus der Natur nutzen)
- Ein kleines Kartenspiel



Mach dich auch kundig, wie du dein [Lagerfeuer sicher betreibst](#).

Wie du siehst, scheint diese Liste auf den ersten Blick ziemlich lang. Dennoch beinhaltet sie alles Notwendige, was du für eine Nacht im Zelt benötigst. Was du schlussendlich alles mit nimmst, bleibt dir überlassen.

Die richtige Einstellung ist allerdings alles. Lass dich auf das Abenteuer ein, auch mit weniger auszukommen. Du wirst sehen, wie viel unnötigen Kram du eigentlich zu Hause besitzt.

Lies auch: [Draußen schlafen im Winter – mit diesen erprobten Tipps klappt es bestimmt](#)

Weniger ist mehr

Beim Zelten kommt es darauf an, mit so wenig wie möglich auszukommen. Gerade für eine Nacht benötigst du nicht allzu viel.

Anstatt einen Koffer zu packen, nimm dir einen Rucksack. Du wirst sehen, dass das Meiste auch in ihn hineinpasst.

Bei der Wahl der Kleidung kommt es natürlich darauf an, aus welchem Grund zu Zelten gehst. Wenn du nur zum Spaß eine [Nacht in der Natur](#) verbringst, ist es nicht nötig, dass du eine komplette Wanderausrüstung mitnimmst.

Auch wenn du keine Wanderhose oder Wanderschuhe mitnimmst, achte trotzdem auf eine etwas derbere Hose und evtl. wasserabweisende Schuhe.

Beim Essen ist es genauso wenig notwendig, ein Drei-Sterne-Menü zu kochen. Bereite dir bereits zu Hause ein paar Brote und Snacks vor oder such dir einfache [Outdoor-Rezepte](#). Einen Gaskocher, Töpfe, Teller, Gewürze und Besteck benötigst du für eine Nacht in der Natur nicht.



Für eine Nacht mit dem Zelt reicht ein belegtes Brötchen mit etwas Knapperzeug aus

Wenn du aber am Morgen nicht auf deinen Kaffee verzichten kannst, dann besorge dir einen kleinen

Gaskocher für die Tasche. Ich nutze den [Primus Essential Trail Stove Duo](#) und hier lernst du, wie du dir [Kaffee ohne Kaffeemaschine machst](#).

Möchtest du keinen Wasserkanister mitnehmen, dann reichen zwei Liter meist aus. Beachte aber, dass du auch zum Zähneputzen ([Hier mein Ratgeber, wie du deine Zähne in der Wildnis putzt](#)) gegebenenfalls Wasser benötigst. Wenn du nicht am Fluss übernachtetest, nimm lieber noch eine kleine Flasche mit.

Tische und Stühle brauchst du nicht mitzuschleppen. Nutze die Gegebenheiten der Natur und setze dich auf einen Baumstamm oder die Isomatte.

Wenn du natürlich ein Kind ([Zelten mit Baby?](#)) oder ein Tier ([Zelten mit Hund?](#)) dabei hast, musst du auch für dieses packen.

Was ist für dich noch wichtig für eine Nacht mit dem Zelt? Erzähle es uns in den Kommentaren.

Über den Autor des Ratgebers

Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner ["Über mich"-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>