

# **AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE**

REISE: Ruwenzori-Trekking mit der Margherita-Spitze, 5109 m

REISECODE: UGRUW

# **AUSRÜSTUNG**

	Gamaschen kniehoch	<b>#</b>	Gummistiefel	
	Kleine Tasche (zur Deponierung von nicht benötigter		Regenhülle für den Rucksack	Щ
	Ausrüstung während des Trekkings)		Reise-/Trekkingtasche (kein Koffer) (evtl. mit	鮋
		_	wasserdichter Müllsack-Einlage)	_
	Schlafsack (1000 g Daune Tcomfort –8°C lt. EN13537	<b>  </b>	Rucksack ca. 30-35 l	■
	Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower)	<b></b>	Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B/C)	鬥
	Teleskopstöcke	Щ	Trekkingsandalen oder Turnschuhe	
BEK	LEIDUNG			
	Fingerhandschuhe (Fleece - oder	Щ	Funktionelle Daunenjacke mit Kapuze	
	Windstoppermaterial)		Funktionshose (wind-/wasserdicht, mit	鮋
			Membranenverarbeitung)	
	Funktionssocken	<b>三</b>	Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit	뼅
	Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)	Щ	Membranenverarbeitung)	
	Halstuch/Neckgaitor	Щ	Pullover/Jacke	鮋
	T-Shirts/Hemden	Щ	Trekkinghose lang/knielang	鮋
	Warme Mütze	Щ		
ZUS	ÄTZLICHES			
	Badesachen		Elektrolytgetränkepulver	
	Handtuch	<b>三</b>	Insektenschutz	
	Kamera, Smartphone, Ladegerät		Kleines Nähzeug	
	Persönliche Medikamente		Regenschutz	
	Reiseapotheke		Sonnenbrille	鮋
	Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)		Sonnenhut	鮋
	Toilettenartikel		Toilettenpapier	
	Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach	Щ	Trinkflasche (wahlweise aus Stahl oder Plastik oder	
	Bedarf 1,5 l)		ggf. auch eine Trinkblase)	
	Universaladapter		Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade,	
			Nüsse, Trockenobst)	
OPT	TONAL			
	Fernglas		Feuchttücher	

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Höhenmesser Literatur	Karten Taschenmesser	Щ

#### Notwendig für die Margherita-Spitze:

- Hardshell-Hose, seitl. durchgehender RV
- Warme Handschuhe (wasserdicht, atmungsaktiv)
- Steigeisenfester Bergschuh, Kategorie C/D
- Steigeisen (10/12 Zacker mit Antistollplatte)
- Sturmhaube, Skibrille
- Klettergurt
- Gletscherbrille (CE-Schutzklasse 4)
- Steinschlaghelm

#### Vor Ort können folgende Ausrüstungsgegenstände kostenfrei ausgeliehen werden:

- Seile
- Klettergurt
- Helm (Steinschlaghelm)
- Steigklemme (Ascender)
- Steigeisen (10/12 Zacken, mit Antistollplatte)
- Karabiner (verschließbar / HMS und normal)
- Bandschlingen (vernäht und offen)
- Prusik- bzw. Reepschnüre (verschiedene Längen)
- Eisschrauben
- Eispickel

Wir empfehlen Ihnen dennoch die Mitnahme Ihres persönlichen Klettergurts als auch Ihrer Steigeisen, um die optimale Passform an Ihre Bergschuhe sicherzustellen.

#### Hinweise

Wir empfehlen kniehohe Gummistiefel, die gut eingelaufen sind. Ebenso einen Kunstfaserschlafsack aufgrund der hohen Feuchtigkeit.

Eine Isomatte ist nur dann erforderlich, wenn die Hütten voll belegt sind und in Zelten geschlafen werden muss. Für diesen Fall erhalten Sie rechtzetig von uns Bescheid.

• Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt

### ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

# TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

### **SOMMER**

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
A	Freizeit, Alltag, Reise, Walking	Gute Wege, Parkanlagen
A/B	Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen	Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege
В	Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren	Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen
B/C	Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge	Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige
С	Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren	Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen
D	Absolut steigeisenfeste Bergschuhe	Weglos, Gletscher, Eistouren extrem
Kletterschuhe	Fels- oder Hallenklettern	Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen

### **WINTER**

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
В	Hohe winterfeste Trekkingstiefel mit Profilsohle (empfohlen: Gore Tex o.ä.) Schneeschuhgehen und Winterwanderungen	Im verschneiten Gebirge auch auf vereisten Wegen, auch im Einsatz mt Schneeschuhen, Grödel oder Steigeisen
Skitourenschuh	Skitourengehen und Skibergsteigen	Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen
Freerideschuh	Ski Plus und Freeride	Varianten Gelände
Pistenskischuh	Alpinski	Skipiste
Snowboard Boots	Snowboard- Splitboardtouren, Freeride	Skipisten, Varianten Gelände, Freies Skigelände auch im Einsatz mit Schneeschuhen

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

# UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSRÜSTUNG







Rucksäcke von Deuter — bestechendes Design und hohe Funktionalität www.deuter.com



Skiausrüstung von Dynafit www.dynafit.com



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme www.leki.com



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte www.ortovox.com



Qualität, Innovation und bestechendes Design fürden Berg- und Klettersport www.petzl.com



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839 www.roeckl.de



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer www.rother.de



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition www.seeberger.com