



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Expedition zum Aconcagua, 6962 m - Guanacos-Traverse

REISECODE: EXACO

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige

## AUSRÜSTUNG

- 1 Reisetasche groß, z.B. 14l inkl. TSA-Schloss
- Depot-Tasche mit Namensschild
- Plastiktüten/Müllbeutel verschiedene Größen, zum wasserdichten Verpacken
- Rucksack 60 l 
- Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. A/B) 
- Stirnlampe (LED, ≥ 70 Lumen) inkl. Ersatzbatterien (Alkaline + 1 Satz Lithium)
- Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende Liegematte 
- Bergsteigerhelm 
- Expeditionsbergschuh, 6000er Model, Extrembereich bis -30°C
- Reise-/Trekkingtasche
- Schlafsack (1200g Daune Tcomfort -10°C, inkl. Kompressionssack) 
- Steigeisen, 10-12 Zacker aus Stahl mit Kipphebelbindung und Antistollplatte, angepasst
- Teleskopstöcke mit Tellern 

## BEKLEIDUNG

- 2 Funktionsunterhemden (kurz, dünn)
- 2 Paar Unterziehsocken, Polypropylen
- Bergstrümpfe dick (Merino-Wolle)
- Daunenjacke mit Kapuze (>300g Füllung Daune 90/10, >650cm Bauschkraft) inkl. Kompressionssack
- Fingerhandschuhe (wasserdicht, dick)
- Funktionsunterhose (lang, dünn)
- Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Kunstfaser-Isolierhose (gefüttert oder Daunenhose) mit seitl. Belüftungsöffnung inkl. Kompressionssack
- Schlauchtuch/Neckgaitor
- Tourenhose 
- 2 Funktionsunterhemden (lang)
- 5 Funktionsunterhosen (kurz, dünn)
- Dampfsperrensocken (VBL o.a. Müllbeutel 10l geeignet)
- Dünne Unterziehandschuhe
- Dünne Windstopper Fingerhandschuhe 
- Expeditionsfäustlinge
- Fleece-/Windstopper-Mütze
- Gesichtsmaske aus Neopren o. Balaclava
- Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Leichte Daunenjacke oder Primaloft (für Basislager) inkl. Kompressionssack 
- Sonnen-Cap

## ZUSÄTZLICHES

- 1 Feuerzeug mit Zündstein (vor Ort besorgen)
- Badesachen
- Gletscher- / Sonnenbrille 
- Kamera, Smartphone, Ladegerät
- Multisport-/Sonnenbrille (CEN Schutzklasse3)
- Persönliche Medikamente
- 2 Rollen Toilettenpapier
- Essnapf und Löffel
- Handdesinfektionsmittel
- Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- Ohropax
- Rucksackapotheke inkl. Verbandspäckchen, Rettungsdecke, elastische Binde, Heftpflaster, Tape

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

- Skibrille inkl. hochwertigem Glas
- Taschentücher
- Trinkflasche (1l Polycarbonat inkl. Thermobeutel)
- Urinflasche Weithals (mind. 1,5 l)

- Sonnencreme & Lipenschutzcreme (LSF 30+)
- Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l) 
- Urienierhilfe für Damen + Platypus-Faltflasche (mind. 2 l)

## OPTIONAL

- Ersatzbrille für Brillen- und Kontaktlinsträger
- Sitzkissen (faltbar)
- Wärmepads oder Heizsohlen mit Batteriefach

- Höhenmessuhr inkl. Weckfunktion, licht, Ersatzbatterie
- Taschenmesser 

## Wichtige Dokumente

- Gültigen Reisepass
- Flugtickets
- Ggf. Bahnfahrkarten
- EUR 500,- für Trinkgelder, Taschengeld, Notfälle, wenn möglich in bar und Dollar
- EC/Kreditkarte
- Auslandsversicherung inkl. Telefonnummer 24h Assistance
- 2 Passbilder (farbig für den Notfall)

## Hinweise

- Freizeitbekleidung für die An- und Abreise
- Unbenötigte Bekleidung/Ausrüstung kann bis zur Rückkehr in Mendoza verwahrt werden.
- Eine detaillierte Besprechung der Ausrüstung findet beim Treffertreffen statt.
- Es empfiehlt sich Kopien von allen Reisedokumenten anzufertigen: Reisepass (bei Verlust); Versicherungsschein und Reisebestätigung (als Nachweis für den Versicherungsfall).
- Bei schnellem Flugzeugwechsel oder Flugverspätung kommt es vor, dass Gepäck falsch verladen und nachgestellt wird. Nehmen Sie Ihre Trekkingschuhe als Handgepäck mit in die Kabine. Sollte ihr Gepäck nicht rechtzeitig eintreffen, kann Ersatzausrüstung vielleicht vor Ort besorgt werden, gutes und passendes Schuhwerk aber kaum.
- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt

# TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

## SOMMER

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

## WINTER

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

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

# UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSTRÜSTUNG

**patagonia**

Produktqualität und Umweltschutz  
[www.patagonia.com](http://www.patagonia.com)

**TRENTINO**  
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



Rucksäcke von Deuter – bestechendes Design und hohe Funktionalität  
[www.deuter.com](http://www.deuter.com)



Qualität, Innovation und bestechendes Design für den Berg- und Klettersport  
[www.petzl.com](http://www.petzl.com)



Skiausrüstung von Dynafit  
[www.dynafit.com](http://www.dynafit.com)



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839  
[www.roeckl.de](http://www.roeckl.de)



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme  
[www.leki.com](http://www.leki.com)



Wandliteratur für Bergsteiger und Kletterer  
[www.rother.de](http://www.rother.de)



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte  
[www.ortovox.com](http://www.ortovox.com)



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition  
[www.seeberger.com](http://www.seeberger.com)

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.