

# **AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE**

REISE: Expedition Alpamayo, 5947 m & Pisco, 5752m

REISECODE: EXALP

= Link zu unserer Produktempfehlung
\* Anzeige

## **AUSRÜSTUNG**

	1 Abseilgerät	<b>#</b>	1 Eisschraube (17 cm)	<b>!!!</b>
	1 Reisetasche groß, z.B. 140l inkl. TSA-Schloss		1 Schraubkarabiner	Щ
	2 Bandschlinge Länge 1,2 m vernäht		2 HMS-Schraubkarabiner	鮋
	2 Schraubkarabiner		3 Schnappkarabiner	鮋
	Bandschlinge, 3m offen		Bergsteigerhelm	鮋
	Depot-Tasche mit Namensschild		Eispickel oder Eisgerät, inkl. Transportschutz, max.	
	Expeditionsbergschuh, 6000er Model,		60 cm lang	
	Extrembereich bis -30°C		Hüftgurt mit verstellbaren Beinschlaufen	
	Kletter- Tagesrucksack ca. 30 l	<b>=</b>	Nylonschnur (2-3mm, 5m, Zeltleine o.ä.)	
	Plastiktüten/Müllbeutel verschiedene Größen, zum		Reepschnurr beide Durchmesser 5 mm - 1 x Länge 1,	5
	wasserdichten Verpacken	_	m und 1 x Länge 4 m - beide offen	_
	Rucksack 60 l	<b>=</b>	Schlafsack (1200g Daune Tcomfort -10°C, inkl.	<b>=</b>
	Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B)	Щ	Kompressionssack	
	Steigklemme mit Griff		Steigeisen, 10-12 Zacker aus Stahl mit	
	Stirnlampe (LED, ≥ 70 Lumen) inkl. Ersatzbaterien		Kipphebelbindung und Antistollplatte, angepasst	
	(Alkaline + 1 Satz Lithium)			
	Teleskopstöcke mit Tellern	<b>=</b>	Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende	Щ
			Liegematte	
DEV	LEIDUNG			
DEN	LEIDUNG			
	2 Funktionsunterhemden (kurz, dünn)		2 Funktionsunterhemden (lang)	
	2 Paar Unterziehsocken, Polypropylen		4 Paar Bergstümpfe (dick, Merino-Wolle)	
	5 Funktionsunterhosen (kurz, dünn)		Dampfsperrensocken (VBL o.a. Müllbeutel 10l	
	Daunenjacke mit Kapuze (>200g Füllung Daune		geeignet)	
	90/10, >650cuin Bauschkraft)		Dünne Unterziehhandschuhe	
	Dünne Windstopper Fingerhandschuhe	<b>=</b>	Expeditionsfäustlinge	
	Fingerhandschuhe (wasserdicht, dick)		Fleece-/Windstopper-Mütze	
	Funktionsunterhose (lang, dünn)		Gesichtsmaske aus Neopren o. Balaclava	
	Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv)	Щ	Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv)	뼅
	Isolationsjacke (warme Daunen- oder	<b>=</b>	Kunstfaser-Isolierhose (gefüttert oder Daunenhose)	
	Kunstfaserjacke, Primaloft)		mit seitl. Belüftungsöffnung inkl. Kompressionssack	Κ.
	Leichte Daunenjacke oder Primaloft (für Basislager)	<b>=</b>	Pullover/Jacke	鬥
	inkl. Kompressionssack		Schlauchtuch/Neckgaitor	
	Tourenhose	<b>=</b>	Sonnen-Cap	

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

				Trekkinghose, abzippbare Beine			
ZUS	ZUSÄTZLICHES						
	1 Feuerzeug mit Zündstein (vor Ort besorgen)			2 Rollen Toilettenpapier			
	Badesachen			Essnapf und Löffel			
	Gletscher- / Sonnenbrille	<b> </b>		Handdesinfektionsmittel			
	Kamera, Smartphone, Ladegerät			Kleines Waschzeug, Reisehandtuch			
	Multisport-/Sonnenbrille (CEN Schutzklasse3)			Ohropax			
	Persönliche Medikamente			Rucksackapotheke inkl. Verbandspäckchen,			
	Skibrille inkl. hochwertigem Glas			Rettungsdecke, elastische Binde, Heftpflaster, Tape			
	Taschentücher			Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)			
	Trinkflasche (1l Stahl)			Trinkflasche (1l Polycarbonat inkl. Thermobeutel)			
_	Urinflasche Weithals (mind. 1,5 l)			Urienierhilfe für Damen + Platypus-Faltflasche			
_	, , ,			(mind. 2 l)			
OPTIONAL							
	Ersatzbrille für Brillen- und Kontaktlinsenträger			GPS-Gerät (falls vorhanden) inkl. 2 Sätze Lithium-			
	Höhenmessuhr inkl. Weckfunktion, licht,			Batterien			
	Eratzbatterie			Lesestoff, Topografische Karte			
	Moneybelt			Sitzkissen (faltbar)			
П	Taschenmesser	<b>=</b>	П	Wärmenads oder Heizsohlen mit Batteriefach			

#### **Wichtige Dokumente**

- Gültigen Reisepass
- Flugtickets
- Ggf. Bahnfahrkarten
- EUR 500,- für Trinkgelder, Taschengeld, Notfälle
- 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 Huaraz verwahrt werden.
- Eine detaillierte Besprechung der Ausrüstung findet beim Teilnehmertreffen 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
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