



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE:           Atlas-Überschreitung mit Besteigung Jebel M'Goun

REISECODE:   MAGOU

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige

## AUSRÜSTUNG

- Kleine Tasche (zur Deponierung von nicht benötigter Ausrüstung während des Trekkings)
- Schlafsack (750 g Daune Tcomfort -5°C lt. EN13537 
- Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower oder entsprechender Kunstfaserschlafsack)
- Turnschuhe oder Trekkingsandalen für Besichtigungen

- Regenhülle für den Rucksack 
- Reise-/Trekkingtasche (evtl. mit robuster Müllsack-Einlage zur wasserdichten Verpackung) 
- Rucksack ca. 30-35 l 
- Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B/C) 
- Teleskopstöcke 
- Therm-a-Rest-Matte (einfache Isoliermatten werden gestellt) 

## BEKLEIDUNG

- Bequeme Kleidung und leichte Schuhe für die Unterkunft
- Funktionsjacke (wind-/wasserabweisend, mit Membranenverarbeitung) 
- leichte wind- und wasserabweisende Fingerhandschuhe (Fleece, Windstoppermaterial oder Leder) 
- Pullover/Jacke 
- Trekkinghose lang/knielang 
- Warme Mütze 

- Funktionshose (wind-/wasserabweisend, mit Membranenverarbeitung) 
- Funktionssocken 
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknend) 
- Isolationsjacke (warme, dämmende Daunenjacke oder Kunstfaserjacke, Primaloft) 
- Mütze, Stirnband, Halstuch, Sonnenkappe 
- T-Shirts/Hemden 
- Überziehhandschuhe (wasserabweisend, atmungsaktiv) 

## ZUSÄTZLICHES

- Badesachen
- Kamera, Smartphone, Ladegerät
- Kreditkarte
- Persönliche Medikamente
- Reiseapotheke 
- Sonnenbrille
- Taschentücher
- Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l) 

- Handdesinfektionsmittel
- Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- LED-Stirnlampe mit Batterien 
- Regenschutz
- Rucksackapotheke inkl. Verbandspäckchen, Rettungsdecke, elastische Binde, Heftpflaster, Tape
- Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)
- Toilettenpapier
- Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)

## OPTIONAL

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

- Fernglas
- Karten
- Taschenmesser

- Höhenmesser
- Literatur



ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

## Zusatzinfo zum Reisegepäck

Während Ihrer Trekkingtage tragen Sie ausschließlich Ihren eigenen Tagesrucksack. Ihr restliches Gepäck in der Reisetasche wird von Mulis transportiert, jedoch nicht mehr als max. 15 kg.

Die Wahl des richtigen Schlafsacks ist individuell und sehr verschieden. Bitte informieren Sie sich über die Vor- und Nachteile von Kunstfaser- und Daunenschlafsäcken auf den Webseiten der jeweiligen Hersteller. Passen Sie die Mitnahme des Schlafsacks Ihrem individuellem Kälteempfinden an.

Bitte nehmen Sie für die Flussdurchquerungen des M'Goun Flusses Trekkingsandalen mit einem Kantenschutz für die Zehen mit.

## Hinweise

- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt
- Allgemeine Kleidung für Anreise und Besichtigungen: Gepäck kann während des Trekkings im Hotel in Marrakesch deponiert werden.
- 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.

**ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.**

# 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
Kletterschuhe	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
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

**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)



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



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



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



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

**Seeberger**

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



Access the inaccessible®

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

**ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.**