



AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE







REISE: Kilimandscharo Besteigung auf der Lemosho-Route

REISECODE: TANLEB










ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige






AUSRÜSTUNG

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Kleine Tasche (zur Deponierung von nicht benötigter Ausrüstung während des Trekkings) | <input type="checkbox"/> Regenhülle für den Rucksack  |
| <input type="checkbox"/> Schlafsack (750 g Daune Tcomfort -5°C lt. EN13537 
Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower oder
entsprechender Kunstfaserschlafsack) | <input type="checkbox"/> Reise-/Trekkingtasche (kein Koffer) (evtl. mit
wasserdichter Müllsack-Einlage)  |
| <input type="checkbox"/> Therm-a-Rest-Matte (einfache Isoliermatten werden
gestellt) | <input type="checkbox"/> Rucksack ca. 25-30 l  |
| | <input type="checkbox"/> Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B/C)  |
| | <input type="checkbox"/> Stirnlampe (LED, ≥ 70 Lumen) inkl. Ersatzbatterien
(Alkaline + 1 Satz Lithium) |
| | <input type="checkbox"/> Teleskopstöcke  |
| | <input type="checkbox"/> Trekkingsandalen oder Turnschuhe |

BEKLEIDUNG

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Daunenjacke/-weste | <input type="checkbox"/> Fingerhandschuhe (wasserdicht, dick) |
| <input type="checkbox"/> Funktionshose (wind-/wasserdicht, mit
Membranenverarbeitung)  | <input type="checkbox"/> Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit
Membranenverarbeitung)  |
| <input type="checkbox"/> Funktionssocken  | <input type="checkbox"/> Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)  |
| <input type="checkbox"/> Halstuch/Neckgaitor  | <input type="checkbox"/> Pullover/Jacke  |
| <input type="checkbox"/> T-Shirts/Hemden  | <input type="checkbox"/> Trekkinghose lang/knielang  |
| <input type="checkbox"/> Warme Mütze  | |

ZUSÄTZLICHES



- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Badesachen | <input type="checkbox"/> Elektrolytgetränkpulver |
| <input type="checkbox"/> Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax  | <input type="checkbox"/> Handtuch  |
| <input type="checkbox"/> Insektenschutz | <input type="checkbox"/> Kamera, Smartphone, Ladegerät |
| <input type="checkbox"/> Persönliche Medikamente | <input type="checkbox"/> Reiseapotheke |
| <input type="checkbox"/> Sonnenbrille  | <input type="checkbox"/> Sonnencreme & Lipenschutzcreme (LSF 30+) |
| <input type="checkbox"/> Sonnenhut  | <input type="checkbox"/> Toilettenartikel |
| <input type="checkbox"/> Toilettenpapier | <input type="checkbox"/> Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach 
Bedarf 1,5 l) |
| <input type="checkbox"/> Trinkflasche (wahlweise aus Stahl oder Plastik oder
ggf. auch eine Trinkblase) | <input type="checkbox"/> Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade,
Nüsse, Trockenobst) |

OPTIONAL

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Fernglas | <input type="checkbox"/> Höhenmesser |
|-----------------------------------|--------------------------------------|

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 Karten
 Literatur

 Kleines Nähzeug
 Taschenmesser



ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Weitere Informationen

Die Aufteilung Ihrer Gepäckstücke ist wie folgt:

1. Rucksack (25-30l): Ihren Tagesrucksack tragen Sie während des Trekkings mit Ihren persönlichen Gegenständen, unter anderem Wasserflasche, Regenschutz, zusätzliche persönliche Verpflegung.
2. Robuste Reisetasche: In dieser Tasche transportieren Sie alle Kleidung sowie Isomatte und Schlafsack für die Tage am Berg. Die Tasche darf 15 kg nicht überschreiten und wird von den Trägern der Begleitmannschaft getragen.
3. Kleine Tasche zur Deponierung im Hotel in Moshi: Die Kleidung, die Sie während Ihres Fluges tragen und ggf. für Safaris oder Ihre Tage auf Sansibar benötigen, können Sie in einer kleineren Tasche im Hotel in Moshi deponieren. Somit müssen Sie diese Sachen nicht mit auf das Trekking nehmen.

Bitte beachten Sie, dass Ihre Taschen sowohl beim Transfer zum Kilimandscharo Nationalpark als auch bei einer eventuell gebuchten Safariverlängerung oft auf den Dächern der Autos transportiert werden müssen. Aus diesem Grund empfehlen wir Ihnen strapazierfähige und wasserdichte Reisetaschen.

Des Weiteren sind im Kilimandscharo Nationalpark keine käuflichen Mineralwasserflaschen aus Plastik erlaubt. Daher nehmen Sie bitte ausreichend Ihre eigenen Trinkflaschen oder Trinkblasen mit und achten Sie darauf, dass Sie damit 3 Liter transportieren können.

Hinweise

- 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.

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
B	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
C	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
B	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 AUSTRÜSTUNG

patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com

TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



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



Traditionsmarke für hochwertige
Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



Experte für Lawinennotfallausrüstung und
anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



Natürliche Ernährung auf Trekking &
Expedition
www.seeberger.com



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

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.