



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Genuss-Plus im Everest-Gebiet - Komfort-Trekking

REISECODE: HIGPEVE

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

## AUSRÜSTUNG

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige

- Gamaschen kniehoch
- Regenhülle für den Rucksack
- Rucksack ca. 25-30 l
- Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B)
- Trekkingsandalen/Turnschuhe für die Hütten



- Kleine Tasche (zur Deponierung von nicht benötigter Ausrüstung während des Trekkings)
- Reise-/Trekkingtasche (kein Koffer) (evtl. mit wasserdichter Müllsack-Einlage)



## BEKLEIDUNG

- Falls gewünscht: zusätzlich eine leichte Daunenjacke/-weste
- Funktionsjacke (wind-/wassererdicht, mit Membranenverarbeitung)
- Handschuhe (Fleece- oder Windstoppermateriel)
- T-Shirts/Hemden
- Überziehhandschuhe (wassererdicht, atmungsaktiv)



- Funktionshose (wind-/wassererdicht, mit Membranenverarbeitung)
- Funktionssocken
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)
- Halstuch/Neckgaitor
- Pullover/Jacke
- Trekkinghose lang/knielang
- Warme Mütze



## ZUSÄTZLICHES

- Alu-Rettungsdecke
- Insektenschutz
- Kreditkarte
- Regenschutz
- Sonnenbrille
- Sonnenhut
- Thermosflasche (bruchfest mind. 1l)
- Toilettenpapier
- Universaladapter



- Badesachen
- Kleines Nähzeug
- LED-Stirnlampe mit Batterien
- Reiseapotheke
- Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)
- Taschentücher
- Toilettenartikel
- Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l)



## OPTIONAL

- Antibakterielles Hautreinigungsgel
- Fernglas
- Foto/Video
- Karten

- Badeschlappen
- Feuchttücher
- Höhenmesser
- Literatur

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Schreibzeug  
 Taschenmesser



Tagebuch

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

## Hinweise

- 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
<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 AUSRÜSTUNG

**patagonia**

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

TRENTINO  
[visittrentino.info](http://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.**