

# **AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE**

REISE: Privatreise Eckstein Langtang mit Verlängerung Summit River Lodge

und Chitwan Nationalpark

REISECODE: HISGEC

### **AUSRÜSTUNG**

	Gamaschen kniehoch	<b></b>	Kleine Tasche (zur Deponierung von nicht benötigter	r
	Regenhülle für den Rucksack	<b> </b>	Ausrüstung während des Trekkings)	_
	Rucksack ca. 30-35 l	Щ	Reise-/Trekkingtasche (kein Koffer) (evtl. mit	鬥
	Schlafsack (750 g Daune Tcomfort -5°C lt. EN13537	Щ	wasserdichter Müllsack-Einlage)	
	Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower oder			
	entsprechender Kunstfaserschlafsack)	_		
	Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B/C)	<b>=</b>	Trekkingsandalen/Turnschuhe für die Hütten	
BEK	LEIDUNG			
	Falls gewünscht: zusätzlich eine leichte	<b>=</b>	Funktionshose (wind-/wasserdicht, mit	Щ
	Daunenjacke/-weste		Membranenverarbeitung)	
	Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit	Щ	Funktionssocken	Щ
	Membranenverarbeitung)		Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)	Щ
	Handschuhe (Fleece- oder Windstoppermaterial)	Щ	Halstuch/Neckgaitor	Щ
	T-Shirts/Hemden	Щ	Pullover/Jacke	Щ
	Überziehhandschuhe (wasserdicht, atmungsaktiv)	<b>=</b>	Trekkinghose lang/knielang	Щ
			Warme Mütze	Щ
ZUS	ÄTZLICHES			
	Alu-Rettungsdecke		Badesachen	
	Insektenschutz		Kleines Nähzeug	
	Kreditkarte		LED-Stirnlampe mit Batterien	鮋
	Regenschutz		Reiseapotheke	
	Sonnenbrille	Щ	Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)	
	Sonnenhut	<b> </b>	Taschentücher	
	Thermosflasche (bruchfest mind. 1l)	Щ	Toilettenartikel	
	Toilettenpapier		Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach	Ē
	Universaladapter		Bedarf 1,5 l)	
OPT	TONAL			
	Antibakterielles Hautreinigungsgel		Fernglas	
	Feuchttücher		Foto/Video	
	Höhenmesser		Karten	
_				

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Literatur Tagebuch	Schreibzeug Taschenmesser	픧

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
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