



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE



REISE: Thailand: Doi Inthanon, Wasserfälle, Nebelwälder

REISECODE: THWAN








ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige






## AUSRÜSTUNG

- 1 Paar leichte Sandalen
- Regenhülle für den Rucksack 
- Rucksack ca. 30-40 l
- Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. A/B) 
- Teleskopstöcke 
- Kleine Tasche (zur Deponierung von nicht benötigter Ausrüstung während des Trekkings)
- Reise-/Trekkingtasche (evtl. mit robuster Müllsack-Einlage zur wasserdichten Verpackung)


## BEKLEIDUNG

- Funktionshose (wind-/wasserdicht, mit Membranenverarbeitung) 
- Funktionssocken 
- Halstuch/Neckgaitor 
- T-Shirts/Hemden 
- Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit Membranenverarbeitung) 
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknend) 
- Poncho
- Trekkinghose lang/knielang 

## ZUSÄTZLICHES

- Badesachen
- Handdesinfektionsmittel
- Insektenschutz
- Kleines Nähzeug
- LED-Stirnlampe mit Batterien 
- Persönliche Medikamente
- Reiseapotheke
- Sonnenbrille 
- Sonnenhut 
- Toilettenartikel
- Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l) 
- Elektrolytgetränkpulver
- Handtuch 
- Kamera, Smartphone, Ladegerät
- Kreditkarte
- Nasen- und Mundschutz
- Regenschutz
- Reisepass
- Sonnencreme & Lipenschutzcreme (LSF 30+)
- Taschentücher
- Toilettenpapier
- Universaladapter

## OPTIONAL

- Antibakterielles Hautreinigungsgel
- Karten
- Schreibzeug
- Feuchttücher
- Literatur
- Taschenmesser 

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 AUSTRÜSTUNG



**patagonia**

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



**TRENTINO**  
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



**LEKI**

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



**Roeckl**  
SPORTS

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



**ORTOVOX**

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



**ROTHER**  
BERGVERLAG

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



**PETZL**  
Access  
the  
inaccessible

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



**Seeberger**

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

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.