









AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Expedition zum Aconcagua, 6962 m - Guanacos-Traverse

REISECODE: EXACO

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

AUSRÜSTUNG

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1 Reisetasche groß, z.B. 14l inkl. TSA-Schloss | |
| <input type="checkbox"/> Depot-Tasche mit Namensschild | |
| <input type="checkbox"/> Plastiktüten/Müllbeutel verschiedene Größen, zum wasserdichten Verpacken | |
| <input type="checkbox"/> Rucksack 60 l |  |
| <input type="checkbox"/> Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. A/B) |  |
| <input type="checkbox"/> Stirnlampe (LED, ≥ 70 Lumen) inkl. Ersatzbatterien (Alkaline + 1 Satz Lithium) | |
| <input type="checkbox"/> Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende Liegematte |  |
| <input type="checkbox"/> Bergsteigerhelm |  |
| <input type="checkbox"/> Expeditionsbergschuh, 6000er Model, Extrembereich bis -30°C | |
| <input type="checkbox"/> Reise-/Trekkingtasche | |
| <input type="checkbox"/> Schlafsack (1200g Daune Tcomfort -10°C, inkl. Kompressionssack) |  |
| <input type="checkbox"/> Steigeisen, 10-12 Zacker aus Stahl mit Kipphebelbindung und Antistollplatte, angepasst | |
| <input type="checkbox"/> Teleskopstöcke mit Tellern |  |


BEKLEIDUNG

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 2 Funktionsunterhemden (kurz, dünn) | <input type="checkbox"/> 2 Funktionsunterhemden (lang) |
| <input type="checkbox"/> 2 Paar Unterziehsocken, Polypropylen | <input type="checkbox"/> 5 Funktionsunterhosen (kurz, dünn) |
| <input type="checkbox"/> Bergstrümpfe dick (Merino-Wolle) | <input type="checkbox"/> Dampfsperrensocken (VBL o.a. Müllbeutel 10l geeignet) |
| <input type="checkbox"/> Daunenjacke mit Kapuze (>300g Füllung Daune 90/10, >650cm Bauschkraft) inkl. Kompressionssack | <input type="checkbox"/> Dünne Unterziehhandschuhe |
| <input type="checkbox"/> Fingerhandschuhe (wasserdicht, dick) | <input type="checkbox"/> Dünne Windstopper Fingerhandschuhe |
| <input type="checkbox"/> Funktionsunterhose (lang, dünn) | <input type="checkbox"/> Expeditionsfäustlinge |
| <input type="checkbox"/> Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv) | <input type="checkbox"/> Fleece-/Windstopper-Mütze |
| <input type="checkbox"/> Kunstfaser-Isolierhose (gefüttert oder Daunenhose) mit seitl. Belüftungsöffnung inkl. Kompressionssack | <input type="checkbox"/> Gesichtsmaske aus Neopren o. Balaclava |
| <input type="checkbox"/> Schlauchtuch/Neckgaitor | <input type="checkbox"/> Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv) |
| <input type="checkbox"/> Tourenhose | <input type="checkbox"/> Leichte Daunenjacke oder Primaloft (für Basislager) inkl. Kompressionssack |
| | <input type="checkbox"/> Sonnen-Cap |

ZUSÄTZLICHES


- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1 Feuerzeug mit Zündstein (vor Ort besorgen) | <input type="checkbox"/> 2 Rollen Toilettenpapier |
| <input type="checkbox"/> Badesachen | <input type="checkbox"/> Essnapf und Löffel |
| <input type="checkbox"/> Gletscher- / Sonnenbrille | <input type="checkbox"/> Handdesinfektionsmittel |
| <input type="checkbox"/> Kamera, Smartphone, Ladegerät | <input type="checkbox"/> Kleines Waschzeug, Reisehandtuch |
| <input type="checkbox"/> Multisport-/Sonnenbrille (CEN Schutzklasse3) | <input type="checkbox"/> Ohropax |
| <input type="checkbox"/> Persönliche Medikamente | <input type="checkbox"/> Rucksackapotheke inkl. Verbandspäckchen, Rettungsdecke, elastische Binde, Heftpflaster, Tape |

- ☐ Skibrille inkl. hochwertigem Glas
- ☐ Taschentücher
- ☐ Trinkflasche (1l Polycarbonat inkl. Thermobeutel)
- ☐ Urinflasche Weithals (mind. 1,5 l)

- ☐ Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+)
- ☐ Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l) 
- ☐ Urinierhilfe für Damen + Platypus-Faltflasche (mind. 2 l)

OPTIONAL

- ☐ Ersatzbrille für Brillen- und Kontaktlinsenträger
- ☐ Sitzkissen (faltbar)
- ☐ Wärmepads oder Heizsohlen mit Batteriefach

- ☐ Höhenmessuhr inkl. Weckfunktion, licht, Ersatzbatterie
- ☐ Taschenmesser 

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Wichtige Dokumente

- Gültigen Reisepass
- Flugtickets
- Ggf. Bahnfahrkarten
- EUR 500,- für Trinkgelder, Taschengeld, Notfälle, wenn möglich in bar und Dollar
- EC/Kreditkarte
- Auslandsversicherung inkl. Telefonnummer 24h Assistance
- 2 Passbilder (farbig für den Notfall)

Hinweise

- Freizeitbekleidung für die An- und Abreise
- Unbenötigte Bekleidung/Ausrüstung kann bis zur Rückkehr in Mendoza verwahrt werden.
- Eine detaillierte Besprechung der Ausrüstung findet beim Teilnehmertreffen statt.
- 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.