



Island Hochland-Abenteuer: Hütten-Trekking über Lava, Moore & Heide

Allgemein

- Reisetasche oder Koffer
- Rucksack, ca. 50 – 60 l
- Regenhülle für den Rucksack
- Kleiner Tagesrucksack oder Tasche für Wanderung ohne Gepäck (5. Tag)
- Stabiler Berg- und Trekkingschuh (Kategorie B), wasserfest
- Trekkingsandalen/Watschuhe (für Bachüberquerungen und in den Hütten)
- leichter Schlafsack (Kunstfaserschlafsack Komfortbereich + 5° C)

Bekleidung

- Funktionsjacke *
- Funktionshose *
- leichte Daunenjacke-/weste oder Primaloft
- Trekkinghose lang
- T-Shirts/Hemden
- Pullover
- Funktionsunterwäsche
- Funktionssocken/Kniestrümpfe (empfohlen: Neoprensocken)
- Fingerhandschuhe (Fleece - oder Windstoppermaterial)
- Mütze
- Halstuch

* Wind-/wasserdicht, mit Membranverarbeitung. Regenfeste Kleidung ist auf Island verpflichtend

Zusätzliches

- Toilettenartikel (biologisch abbaubar)
- Handtuch (kleines Packmaß)
- Taschentücher
- Sonnenhut
- Sonnenbrille (100%ige UV-Absorption)
- Sonnencreme, Lippenchutzcreme (LSF 30+)
- Badesachen
- Regenschutz (evtl. Regenschirm)
- Trinkflasche aus Alu od. Kunststoff (mind. 1l)
- Empfohlen: weitere Trinkflasche
- LED-Stirnlampe mit Batterien (Adapter) oder Taschenlampe
- Taschenmesser
- Universaladapter
- Rucksack-/Reiseapotheke
- Insektenschutz (ggf. Moskitonetz aus Nylon als Gesichtsschutz)

Optional

- Teleskopstöcke
- Antibakterielles Hautreinigungsgel
- Feuchttücher
- Schreibzeug/Tagebuch
- Proviantbox
- Kleines Nähzeug
- Foto/Video
- Fernglas
- Literatur
- Karten/Höhenmesser
- Kreditkarte
- Ohrstöpsel
- Sitzkissen (für Mittagspausen)
- Aufblasbares Kissen als Kopfkissenersatz

Tabelle der Schuhkategorien A bis D mit Einsatzangaben

Schuh-kategorie	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

Wichtige Dokumente

- Gültiger Personalausweis oder Reisepass (muss für die Dauer des Aufenthalts in Island gültig sein)
- Flugtickets
- Ggf. Bahnfahrkarten

Hinweise

- Es empfiehlt sich Kopien von allen Reisedokumenten anzufertigen
- Taschenmesser nicht ins Handgepäck packen
- Allgemeine Kleidung für Anreise und Besichtigungen
- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt

Ein wichtiger Tipp zum Schluss:

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.



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



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



Skiausrüstung von Dynafit
www.dynafit.de



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839
www.roedel.de



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.de



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.de