



## Tuschetien und Chewsuretien: Bergdörfer und Trutzburgen im Kaukasus

GETRE 08/2019 Hm

<p><b>Allgemein</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Reise-/Trekkingtasche</li> <li><input type="checkbox"/> Rucksack, ca. 25-30 l</li> <li><input type="checkbox"/> Regenhülle für den Rucksack</li> <li><input type="checkbox"/> Schlafsack (750 g Daune Tcomfort -5°C lt. EN13537 Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower)</li> <li><input type="checkbox"/> Stabiler Berg- und Trekkingschuh Kategorie B/C)</li> <li><input type="checkbox"/> Gamaschen</li> <li><input type="checkbox"/> Teleskopstöcke</li> <li><input type="checkbox"/> Trekkingsandalen</li> </ul> <p><b>Bekleidung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Funktionsjacke *</li> <li><input type="checkbox"/> Funktionshose *</li> <li><input type="checkbox"/> Falls gewünscht zusätzlich: leichte Daunenjacke/-weste</li> <li><input type="checkbox"/> Trekkinghose lang/knielang</li> <li><input type="checkbox"/> T-Shirts/Hemden</li> <li><input type="checkbox"/> Pullover/Jacke</li> <li><input type="checkbox"/> Unterwäsche**</li> <li><input type="checkbox"/> Socken/Kniestrümpfe**</li> <li><input type="checkbox"/> Mütze</li> <li><input type="checkbox"/> Handschuhe (Fleece- oder Windstoppermaterial)</li> <li><input type="checkbox"/> Halstuch/Neckgaitor</li> </ul>	<p><b>Zusätzliches</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Toilettenartikel (biologisch abbaubar)</li> <li><input type="checkbox"/> Handtuch</li> <li><input type="checkbox"/> Etwas Toilettenpapier</li> <li><input type="checkbox"/> Taschentücher</li> <li><input type="checkbox"/> Sonnenhut</li> <li><input type="checkbox"/> Sonnenbrille (100%ige UV-Absorption)</li> <li><input type="checkbox"/> Sonnencreme, Lippenchutzcreme (LSF 30+)</li> <li><input type="checkbox"/> Badesachen</li> <li><input type="checkbox"/> Regenschutz</li> <li><input type="checkbox"/> Wiederverwendbare Trinkflasche (mind. 1l) aus Alu oder Kunststoff</li> <li><input type="checkbox"/> Thermo-Isolierflasche unzerbrechlich aus Edelstahl (mind. 1l), Trinkbecher</li> <li><input type="checkbox"/> Auslaufdichte Dose/Box</li> <li><input type="checkbox"/> LED-Stirnlampe mit Batterien (Adapter)</li> <li><input type="checkbox"/> Alu-Rettungsdecke</li> <li><input type="checkbox"/> Universaladapter</li> <li><input type="checkbox"/> Bergsteiger-/Reiseapotheke, Insektenschutz</li> </ul> <p><b>Optional</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Feuchttücher, Antibakterielles Hautreinigungsgel</li> <li><input type="checkbox"/> Schreibzeug, Tagebuch</li> <li><input type="checkbox"/> Kleines Nähzeug</li> <li><input type="checkbox"/> Taschenmesser</li> <li><input type="checkbox"/> Foto/Video</li> <li><input type="checkbox"/> Fernglas</li> <li><input type="checkbox"/> Literatur, Landkarten</li> <li><input type="checkbox"/> Höhenmesser</li> <li><input type="checkbox"/> Kreditkarte</li> </ul> <p>* Wind-/wasserdicht, mit Membranenverarbeitung **emfehlenswert: Funktionsmaterialien</p>
--	---

## 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 Reisepass (muss über die Reisedauer hinaus mindestens sechs Monate gültig sein)
- Ausdruck des elektronischen Flugtickets

## Hinweise

- Es empfiehlt sich Kopien von allen Reisedokumenten anzufertigen: Reisepass (bei Verlust); Versicherungsschein und Reisebestätigung (als Nachweis für den Versicherungsfall)
- 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](http://www.patagonia.com)

**TRENTINO**  
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



Rucksäcke von Deuter – bestechendes Design und hohe Funktionalität  
[www.deuter.com](http://www.deuter.com)



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



Skiausrüstung von Dynafit  
[www.dynafit.de](http://www.dynafit.de)



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



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



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)



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