



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE








REISE: USA: Expedition Denali, 6193 m

REISECODE: EXDNA






ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige


## AUSRÜSTUNG

- 1 Abseilgerät 
- 1 Reisetasche groß, z.B. 14l inkl. TSA-Schloss
- 2 HMS-Schraubkarabiner 
- 3 Normalkarabiner 
- Bergsteigerhelm 
- Eispickel oder Eisgerät, inkl. Transportschutz, max. 60 cm lang
- Rucksack 60 l 
- Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B) 
- Stirnlampe (LED,  $\geq 70$  Lumen) inkl. Ersatzbatterien (Alkaline + 1 Satz Lithium)
- 1 Eisschraube (17 cm) 
- 1 Schraubkarabiner 
- 2 x Bandschlinge, 1,2m vernäht
- Bandschlinge, 3m offen
- Depot-Tasche mit Namensschild
- Hüftgurt mit verstellbaren Beinschlaufen
- Nylonschnur (2-3mm, 5m, Zeltleine o.ä.)
- Plastiktüten/Müllbeutel verschiedene Größen, zum wasserdichten Verpacken
- Teleskopstöcke mit Tellern 

## BEKLEIDUNG

- 2 Funktionsunterhemden (kurz, dünn)
- 2 Paar Unterziehsocken, Polypropylen
- 5 Funktionsunterhosen (kurz, dünn)
- Dünne Unterziehhandschuhe
- Expeditionsfäustlinge
- Fleece-/Windstopper-Mütze
- Gesichtsmaske aus Neopren o. Balaclava
- Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Leichte Daunenjacke oder PrimaLoft (für Basislager)  inkl. Kompressionssack
- Sonnen-Cap
- Trekkinghose, abzipfbare Beine
- 2 Funktionsunterhemden (lang)
- 4 Paar Bergstümpfe (dick, Merino-Wolle)
- Dampfsperrensocken (VBL o.a. Müllbeutel 10l geeignet)
- Dünne Windstopper Fingerhandschuhe 
- Fingerhandschuhe (wasserdicht, dick)
- Funktionsunterhose (lang, dünn)
- Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Kunstfaser-Isolierhose (gefüttert oder Daunenhose) mit seitl. Belüftungsöffnung inkl. Kompressionssack
- Schlauchtuch/Neckgaitor
- Tourenhose 

## ZUSÄTZLICHES

- 1 Feuerzeug mit Zündstein (vor Ort besorgen)
- Essnapf und Löffel
- Handdesinfektionsmittel
- Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- Multisport-/Sonnenbrille (CEN Schutzklasse3)
- Ohropax
- 2 Rollen Toilettenpapier
- Gletscher- / Sonnenbrille (Kategorie 4/100%ige UV-Absorption) 
- Kleines Nähzeug
- Kugelschreiber
- Nasen- und Mundschutz

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

- Rucksackapotheke inkl. Verbandspäckchen, Rettungsdecke, elastische Binde, Heftpflaster, Tape
- Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+)
- Trinkflasche (1l Polycarbonat inkl. Thermobeutel)
- Urinierhilfe für Damen + Platypus-Faltflasche (mind. 2 l)

- Persönliche Medikamente
- Skibrille inkl. hochwertigem Glas
- Taschentücher
- Trinkflasche (1l Stahl)
- Urinflasche Weithals (mind. 1,5 l)

## OPTIONAL

- Ersatzbrille für Brillen- und Kontaktlinsträger
- GPS-Gerät (falls vorhanden) inkl. 2 Sätze Lithium-Batterien
- Lesestoff, Topografische Karte
- MP3 Player, Ladegeräte, Universaladapter
- Sitzkissen (faltbar)
- Taschenmesser



- Foto/Video
- Höhenmessuhr inkl. Weckfunktion, licht, Ersatzbatterie
- Moneybelt
- Schreibzeug
- Tagebuch
- Wärmepads oder Heizsohlen mit Batteriefach

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

## 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
<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



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.com](http://www.dynafit.com)



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



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



Wandelerliteratur 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.com](http://www.seeberger.com)

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.