



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE




REISE: Skiexpedition Peru

REISECODE: EXCOR






ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige

## AUSRÜSTUNG

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1 Eisschraube (17 cm)                                      | <input type="checkbox"/> 1 Paar leichte Sandalen   |
| <input type="checkbox"/> 1 Reisetasche groß, z.B. 14l inkl. TSA-Schloss  | <input type="checkbox"/> 2 HMS-Schraubkarabiner   |
| <input type="checkbox"/> 2 x Bandschlinge, 1,2m vernäht  | <input type="checkbox"/> 3 Normalkarabiner    |
| <input type="checkbox"/> Bergsteigerhelm    | <input type="checkbox"/> Depot-Tasche mit Namensschild   |
| <input type="checkbox"/> Eispickel oder Eisgerät, inkl. Transportschutz, max. 60 cm lang   | <input type="checkbox"/> Harscheisen   |
| <input type="checkbox"/> Lawinsonde   | <input type="checkbox"/> Hüftgurt mit verstellbaren Beinschlaufen  |
| <input type="checkbox"/> Plastiktüten/Müllbeutel verschiedene Größen, zum wasserdichten Verpacken  | <input type="checkbox"/> Lawinschaufel (nur Aluminium)                                    |
| <input type="checkbox"/> Rucksack 60 l    | <input type="checkbox"/> Lawinenschüttensuchgerät   |
| <input type="checkbox"/> Skitourenschuhe   | <input type="checkbox"/> Reepschnur 5 mm Durchmesser einmal 2 einmal 4 Meter offen   |
| <input type="checkbox"/> Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B)                 | <input type="checkbox"/> Schlafsack (1200g Daune Tcomfort -10°C, inkl. Kompressionssack)  |
| <input type="checkbox"/> Steigeisen, 10-12 Zacker aus Stahl mit Kiphebelbindung und Antistollplatte, angepasst   | <input type="checkbox"/> Steigfelle  |
| <input type="checkbox"/> Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende Liegematte  | <input type="checkbox"/> Stirnlampe (LED, ≥ 70 Lumen) inkl. Ersatzbatterien (Alkaline + 1 Satz Lithium)  |
|  | <input type="checkbox"/> Teleskopstöcke mit Tellern                                     |
|  | <input type="checkbox"/> Tourenski und Skitasche                                        |

## BEKLEIDUNG

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 2 Funktionsunterhemden (kurz, dünn)  | <input type="checkbox"/> 2 Funktionsunterhemden (lang)  |
| <input type="checkbox"/> 2 Paar Unterziehsocken, Polypropylen   | <input type="checkbox"/> 4 Paar Bergstümpfe (dick, Merino-Wolle)  |
| <input type="checkbox"/> 5 Funktionsunterhosen (kurz, dünn)   | <input type="checkbox"/> Dampfsperrensocken (VBL o.a. Müllbeutel 10l geeignet)  |
| <input type="checkbox"/> Daunenjacke mit Kapuze (>300g Füllung Daune 90/10, >650cuin 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"/> Hardshell-Hose ( wasserdicht, atmungsaktiv, seitl. durchgehender RV)                                   | <input type="checkbox"/> Fleece-/Windstopper-Mütze  |
| <input type="checkbox"/> Hochtouren-/Softshellhose mit seitl. Belüftungsöffnungen   | <input type="checkbox"/> Gesichtsmaske aus Neopren o. Balaclava   |
| <input type="checkbox"/> Kunstfaser-Isolierhose (gefüttert oder Daunenhose) mit seitl. Belüftungsöffnung inkl. Kompressionssack | <input type="checkbox"/> Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv)                                  |
| <input type="checkbox"/> Pullover/Jacke      | <input type="checkbox"/> Isolationsjacke (warme Daunen- oder Kunstfaserjacke, Primaloft)             |
|   | <input type="checkbox"/> Leichte Daunenjacke oder Primaloft (für Basislager) inkl. Kompressionssack  |

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Sonnen-Cap


Schlauchtuch/Neckgaitor

Trekkinghose, abzippbare Beine

## ZUSÄTZLICHES

1 Feuerzeug mit Zündstein (vor Ort besorgen)

Badesachen

Gletscher- / Sonnenbrille (Kategorie 4/100%ige UV-Absorption) 

Kleines Waschzeug, Reisehandtuch

Ohropax

Rucksackapotheke inkl. Verbandspäckchen, Rettungsdecke, elastische Binde, Heftpflaster, Tape

Sonnencreme & Lippschutzcreme (LSF 30+)

Trinkflasche (1l Polycarbonat inkl. Thermobeutel)

Urinierhilfe für Damen + Platypus-Faltflasche (mind. 2 l)

2 Rollen Toilettenpapier

Essnapf und Löffel

Handdesinfektionsmittel

Kamera, Smartphone, Ladegerät

Kleines Nähzeug

Multisport-/Sonnenbrille (CEN Schutzklasse3)

Persönliche Medikamente

Skibrille inkl. hochwertigem Glas

Taschentücher

Trinkflasche (1l Stahl)

Urinflasche Weithals (mind. 1,5 l)

## OPTIONAL

Ersatzbrille für Brillen- und Kontaktlinsenträger

Höhenmessuhr inkl. Weckfunktion, Licht, Ersatzbatterie

Sitzkissen (faltbar)

Wärmepads oder Heizsohlen mit Batteriefach

GPS-Gerät (falls vorhanden) inkl. 2 Sätze Lithium-Batterien

Lesestoff, Topografische Karte

Taschenmesser 

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

## Wichtige Dokumente

- Gültigen Reisepass
- Flugtickets
- Ggf. Bahnfahrkarten
- EUR 500,- für Trinkgelder, Taschengeld, Notfälle
- 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 Huaraz verwahrt werden.
- Eine detaillierte Besprechung der Ausrüstung findet beim Treffertreffen 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.

# 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)



Wandelliteratur 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.