



SummitClimb

Ausrüstungsliste: Mount Meru & Kilimandscharo Trekking

Für die Teilnahme an der Mount Meru & Kilimandscharo Tour benötigt jeder Teilnehmer die hier aufgelistete persönliche Ausrüstung. Diese Empfehlung ist gültig für:

SummitClimb: Mount Meru & Kilimandscharo (Western Breach).

Kategorie: Mittelschweres Trekking.

Allgemein

- 1 Rucksack zum selber tragen (30-45 Liter)
- 1 Grosser Rucksack für den Anstieg (65+ Liter), alternativ eine große Reisetasche (60-80 Liter): bis 20kg schwer, wird am Berg vom Träger transportiert.
- 1 kleine Tasche zum Materialdepot: Bleibt im Hotel
- Reisepass +1 Kopie
- 2 extra Pass-Bilder
- Versicherungsbeleg für Unfall, Bergung und Ausland.
- Bargeld, Visakarte
- 1 Kleines Erste Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten

Anreise/Unten:

- Bequeme Schuhe
- Sandalen, Badehose
- Lange bequeme Kleidung für Safari
- Fest Schuhe für Safari
- Set an Kleidung

Wichtige Kleinigkeiten:

- 1 Hygienebeutel+Inhalt
- 1 Seife, 1 kleines Handtuch
- 1 Sonnenbrille
- 1 Sonnencreme (mind. F20)
- 1 Sonnenschutz Lippenstift (mind. F20)
- Messer, Multitool, Diskman und ein gutes Buch
- Ca. 1-2 kg persönliche gut schmeckende Snacks (Energieriegel, etc.)
- 1 Stirnlampe
- 1-2 Ersatzbatterien
- 1 Gletscherbrille
- 1 wärmegeämmte Wasserflasche

Kleidung und Schlafen (Bereich von +30°C bis - 10°C für Tag und Nacht)

- 1 Paar Wanderschuhe: eingelaufen und bequem!!
- 1 Paar Gamaschen (optional, sonst gut bündig abschliessende Hose)
- 3 Paar Wandersocken: Polypropylene oder Wolle, warm
- 2 atmungsaktive T-Shirts (kurzärmelig)
- 1 atmungsaktives Hemd (langärmelig)

- 1 atmungsaktive Hose
- 1 Warme Mütze
- 1 Paar Wind/Wasserdichte Handschuhe
- 1 Paar Leichtgewicht Handschuhe
- 1 Wind/Wasserdichte Hose
- 1 Wind/Wasserdichte Jacke
- 1 Daunenjacke mit Daunenkapuze (optional), sonst warme Jacke
- 1 Schlafsack warm (mind. bis -15C)
- 1 Isolationsmatte

Persönliche Ausrüstung für die Western Breach

- 1 Eisgerät/pickel
- 1 Helm (gegen Steigschlag)
- 1 Paar Leicht-Steigeisen

Bemerkung: Die Steigeisen und der Pickel werden in der Regel nicht gebraucht, sind aber bei schlechten Verhältnissen unabdingbar. Der begleitende Bergführer gibt eine Einführung in den Gebrauch, Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

SummitClimb Gruppenausrüstung:

Von SummitClimb gestellt werden Zelte, ein Schlafzelt je zwei Teilnehmer (Einzelzelt möglich, aber kälter), großes Gruppenzelt, Essbesteck, Küchenausrüstung und Küchenzelt (für den Koch), ein umfangreiches Erst Hilfe Set mit Höhenmedikamente, ein Satellitentelefon für die Notfallkommunikation.