



SummitClimb

Ausrüstung: Muztagh Ata - Expedition

Die Folgende Ausrüstungsliste gilt als Richtlinie für jeden Teilnehmer unserer Mustagh Ata Expeditionen. Bei Fragen und Unklarheiten kannst Du Dich jederzeit bei uns melden. Artikel, welche nicht als optional bezeichnet sind, müssen von jedem Teilnehmer mitgeführt werden.

Temperaturen: bis -30°C / mit Wind-Chill-Faktor bis -45°C

Allgemeine Bedingungen der Besteigung: kalt, windig, trocken.

Kategorien: Expedition 7500m, technisch wenig schwierig, Skitour/Schneeschuhtour

Allgemein

- 1 Rucksack (55-65 Liter) zum Tragen am Berg
- 1 große robuste Reisetasche (Duffelbag) mit Schloss (80-100 Liter)
- 1 zusätzliche kleine Tasche mit Schloss (fürs Hotel)
- 1 kleines Erstes Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten
- Pass + Kopien
- Versicherungsbeleg: Unfall-, Bergungs- und Auslandsrankenversicherung
- 2 extra Pass-Bilder
- Bargeld, Visakarte

Anreise + Trekking ins Basislager (4500m) :

- Kleidung für den Bereich $+30^{\circ}\text{C}$ bis -5°C
- Trekkingschuhe
- Sandalen/Crocs, Badehose (optional)
- Schlafsack leicht (bis -15°C) für Trekking und Basislager
- Isolationsmatte Schaumstoff
- 1 Paar Teleskopstöcke

Kleinigkeiten:

- 1 Hygienebeutel + Inhalt
- 1 Seife, 1 kl. Handtuch
- 1 Sonnenbrille
- 1 große Sonnencreme (Faktor 30)
- 1 x Sonnenschutz Lippenstift (mindestens Faktor 30)
- Messer, Multitool, MP3-Player oder iPod, ein gutes Buch (Optional)
- Kamera inkl. SD Karten und Ersatzakku (optional)
- Großen USB Stick zum direkten Austausch der Bilder am Ende der Reise

Expeditionsausrüstung: Kleidung und Schlafen

- 1 Schlafsack warm (Komfortbereich ca. -30°C)
- 1 zusätzliche Isolationsmatte (Therm a Rest/Exped Down Mat o.ä.)
- 1 warme Mütze
- 1 Gesichtsmaske gegen Wind und Kälte
- 1 Paar Expeditionsfäustlinge Daune inkl. dünne Unterziehhandschuhe (z.B. Polartec)
- 1 Paar Warme Fingerhandschuhe wasserdicht
- 1 Paar leichte Fingerhandschuhe
- Funktions-Unterwäsche

<http://www.summitclimb.de/de/expedition/muztagh-ata-expedition-415>
www.SummitClimb.de – Ausrüstungsliste – Muztagh Ata 7500m - 1/2

- 2 Funktions-Shirts (kurzärmelig)
- 2 Funktions-Shirts (langärmelig)
- 1 Wind/Wasserdichte Jacke (z.B. Gore Tex)
- 1 Fleece Jacke/Softshell
- 1 Expeditions- Daunenjacke mit Daunenkapuze
- 1 lange Unterhose (z.B. Polartec)
- 1 Wind/Wasserdichte Überhose (z.B. Gore Tex)
- 1 Daunenhose
- 3 Paar warme Expeditionssocken (Polypropylene oder Wolle)

Expeditionsausrüstung: Wichtige Kleinigkeiten:

- 1 Stirnlampe + 2 x Ersatzbatterien
- 1 Gletscherbrille
- 1 Sturmbrille/Skibrille
- 1 Thermosflasche (mind. 1 Liter)
- 1 Urinflasche (mind. 1 Liter, große Öffnung)
- 1 Sonnencreme (optimal Faktor 50)
- 1 Lippenstift (Sonnenschutzfaktor Faktor 50)
- 1-2 kg persönliche gut schmeckende Snacks (Energieriegel, etc.)
- 3-5 gefriergetrocknete Lieblingsmahlzeiten (für Abendmahlzeiten im Hochlager)
- 1 Leichtgewicht Essbesteck (Tasse, Löffel und Gabel)

Expeditionsausrüstung: Hardware fürs Klettern

- 1 Klettergurt (leicht, verstellbare Beinschlaufen)
- 2 Schraubkarabiner (davon mindestens 1 HMS)
- 2 einfache Karabiner
- 1 Eisschraube
- 1 kurze, 1 lange Prusik-Schlinge
- 1 lange Bandschlinge
- 1 Pickel
- 1 Paar Steigeisen (inkl. Stollplatten)

Skitouren oder Schneeschuhausrüstung:

- 1 Paar Gamaschen (falls noch nicht in Schuh/Hose integriert)
- 1 Paar Teleskopstöcke

a.) Muztagh Ata mit Ski:

- Tourenski (+Felle)
- Skitourenschuhe (mit Platz im Zehenbereich wg. Kältebrücke)
- Zusätzliche Neopren-Überzuggamaschen (Bsp: Forty Below / evtl. elektrische Heizung)

b.) Muztagh Ata mit Schneeschuhen:

- Schneeschuhe**
- 1 Paar warme Expeditionsschuhe (La Sportiva Olympus Mons/Scarpa Phantom 8000)

Material-Service – Weitere Info: <http://www.summitclimb.de/de/service/ausruetzung>

SummitClimb Gruppenmaterial

SummitClimb stellt bei der Muztagh Ata Expedition (Alles Inklusives Paket für Full-Service-Teilnehmer) sämtliche Basislagerausrüstung (1 Zelt je Teilnehmer), sämtliche Hochlagerausrüstung und Gruppenmaterial (Seile, Funk, Satellitentelefon für den Expeditionsleiter, etc.) und Schaufeln für Hochlageraufbau, Kocher und Gaskartuschen.

<http://www.summitclimb.de/de/expedition/muztagh-ata-expedition-415>
 www.SummitClimb.de – Ausrüstungsliste – Muztagh Ata 7500m - 2/2