



SummitClimb

Mount Vinson Expedition Ausrüstungsliste

Für die Teilnahme an der Expedition benötigt jeder Teilnehmer seine eigene persönliche Ausrüstung.

Temperaturen: bis – 40°C / mit Wind-Chill-Faktor bis -60°C

Allgemeine Bedingungen: extrem kalt, trocken, sehr windig.

Kategorien: Antarktis, Mount Vinson, Expedition.

Allgemein:

- Große Reisetasche (120-150 Liter)
- 1 zusätzliche kl. Tasche zum Depot im Hotel
- 1 Erste Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten
- Pass, Flugtickets, +Kopien, Versicherungsbeleg,
- Extra Bargeld, Kreditkarte
- Kamera

Wichtige Kleinigkeiten für unterwegs:

- 1 Hygienebeutel+Inhalt
- 1 Seife, 1 kleines Handtuch
- 1 Halstuch /Gesichtsmaske
- Smartphone, Kindle und/oder ein paar gutes Buch.
- Kamera (und ggf. Ersatzbatterien)
- Für elektronische Geräte Input-Ladegeräte, Powerbank

Expeditionsausrüstung – Bekleidung und Schlafen

- 1 Rucksack (50-70 Liter)
- 1 Schlafsack warm (mind. bis -40°C)
- 1 Isolationsmatte (sehr warm, oder zwei dünnere Matten)
- 1 Warme Mütze
- 1 Gesichtsmaske gegen Wind und Kälte
- 1 Paar Wind/Wasserdichte Handschuhe, extrem warm (optimal Daune)
- 1 Paar Handschuhe, mittelwarm
- 1 Paar Leichtgewicht Handschuhe
- 3x Paar Expeditionssocken (Polypropylene oder Wolle, warm)
- 3x atmungsaktive Unterwäsche
- 2x lange Unterhosen (leicht, 1. Schicht)
- 2x atmungsaktive Expedition-Shirts (T-Shirts)

- 2x atmungsaktive Expeditions-Hemden (langärmelige T-Shirts)
- 1x atmungsaktive Expeditionshose (Softshell), mittelwarm
- 1x atmungsaktive Expeditionsjacke (Fleece, Daune, o.a.), mittelwarm
- 1 Wind/Schnee-dichte Hose
- 1 Wind/Schnee-dichte Jacke
- 1 Daunenjacke mit Daunenkapuze (extrem warm)*
- 1 Daunenhose (extrem warm, genügend Platz für weitere Schichten unter der Hose)*
- *Gute Alternative = Anzugkombination wie der Black Yak Watusi Anzug
- 1 Paar warme Schalenschule (Millet Everest, La Sportiva O.Mons, Lowa 8000m, o.ä.)
- 1 gemütliches Paar Schuhe für Flug zum Union Glacier / Union Glacier

Hardware / technische Expeditionsausrüstung:

- 1 Klettergurt alpin (groß genug für die Daunenbekleidung)
- 2 Schraubkarabiner
- 2 einfache Karabiner
- 1 ATC-Abseilgerät
- 1 Eisschraube
- 1 Jumar –Steigklemme
- 2 kurze, 1 lange Prusik-Schlinge
- 1 kurze, 1 lange Bandschlinge
- 1 Helm (Kletterhelm gegen Steinschlag / Eisschlag)
- 1 Eispickel (Mittellanger Allround-Pickel)
- 1 Paar Steigeisen (angepasst an die Expeditionsschuhe!)
- 1 Ski/Teleskopstöcke

Wichtige Kleinigkeiten am Berg:

- 1x Sonnencreme / Sun-Blocker (mind. F40)
- 1 x Sonnenschutz Lippenstift (mind. F30)
- ca. 1 kg persönliche gut schmeckende Snacks (Energieriegel, etc.)
- 3 Mahlzeiten fürs Hochlager (nach eigenem Geschmack)
- Trinkflasche(n) für Unterwegs 2-3 Liter
- 1 wärmegeämmte Wasserflasche (1 bis 2 Liter)
- 1 Urinflasche ideal zum festzumachen an Gurt/Rucksack)
- 1 Gletscherbrille
- 1 Sturmbrille (Skibrille)

Gewicht: Max. 25 kg auf den Flügen zur und auf Antarktis und innerhalb der Antarktis.

(Übergepäck gegen Aufpreis möglich)

Mount Vinson Besteigung & Hochlager – Was muss ich tragen?

Wir erwarten am Mount Vinson, dass jeder Teilnehmer Teil des Gruppenmaterials trägt. Typischerweise muss jeder Teilnehmer inklusive persönlicher Ausrüstung 25-30kg zum 1. Hochlager bringen, davon 30% im Rucksack und 70% im Schlitten; für den Aufstieg ins 2. Hochlager werden wir dies auf 18-22kg versuchen zu reduzieren, ggf. aus 2 Gänge verteilen. Beim Gipfelgang wirst Du nur Deinen Rucksack mit Tagesbedarf (Trinken, Snacks, Zusatzjacke, Handschuhe) tragen müssen.

Alle notwendige Gruppenausrüstung wird von SummitClimb gestellt.