



**SummitClimb**

## **Ausrüstungsliste: Kilimandscharo Trekking**

Für die Teilnahme am Kilimandscharo Trekking benötigt jeder Teilnehmer die hier aufgelistete persönliche Ausrüstung. Die Liste gilt als Richtlinie und soll Dich beim Beschaffen und Packen Deiner Ausrüstung unterstützen.

**Tour:** Kilimandscharo Trekking (Rongai, Marangu)

**Kategorie:** Leichtes Trekking.

**Temperaturen:** -10°C / mit Wind-Chill Faktor bis – 25°C

### Allgemein

- 1 Rucksack für die Tagesetappen (30-45 Liter)
- 1 Große Reisetasche, Duffelbag, Packsack oder großer Rucksack (60-80 Liter):  
-> Transport am Berg durch Träger (max. 18kg).
- 1 kleine Tasche zum Materialdepot im Hotel
- Reisepass +1 Kopie
- Versicherungsbeleg für Unfall, Bergung und Ausland.
- Bargeld, Visakarte
- 1 Kleines Erste Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten

### Anreise/Unten:

- Bequeme Schuhe
- Sandalen, Badehose/Bikini
- Set an Reisekleidung

### Wichtige Kleinigkeiten:

- 1 Hygienebeutel+Inhalt
- 1 Seife, 1 kleines Handtuch
- 1 Sonnencreme (mind. F20)
- 1 Sonnenschutz Lippenstift (mind. F20)
- 1 Gletscherbrille / Sonnenbrille (gut abschließend, mind Kat. 3)
- Ca. 1 kg persönliche gut schmeckende Snacks (Energieriegel, etc.)
- 1 Stirnlampe
- 1 Ersatzbatterien
- 1 wärmegeämmte Wasserflasche
- Optional: Messer, Multitool, iPod, Kandel oder ein gutes Buch
- Optional: Pinkelflasche für die Nacht (große Öffnung)

### 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
- 2-3x Unterwäsche (Baumwolle und/oder Atmungsaktiv)
- 2 atmungsaktive T-Shirts (kurzärmelig)
- 1 atmungsaktives Hemd (langärmelig)

- 1 atmungsaktive Hose
- 1 Wind/Wasserdichte Hose
- 1 Wind/Wasserdichte Jacke
- 1 warmer Pullover
- 1 Daunenjacke mit Daunenkapuze\* (optional), sonst warme Jacke
- 1 Paar Wind/Wasserdichte Handschuhe
- 1 Paar Leichtgewicht Handschuhe
- 1 Warme Mütze
- 1 Schlafsack warm (mind. bis -15C)\*
- 1 Isolationsmatte (dünn, als Zusatz zur gestellten Matte)\*
- Optional: 1 Paar Trekkingstöcke / Wanderstock
- Optional: 1 Regenschirm

\*dieses Material kann von geliehen werden, bitte rechtzeitig informieren.

### **Summit-Gear Materialverleih:**

Bei Bedarf können Produkte durch Teilnehmer unserer Reisen über uns zu vergünstigten Konditionen bezogen oder ausgeliehen werden. Siehe Details zu unserem Material-Service und Verleih unter: <https://www.summitclimb.de/de/service/ausruestung>

### **SummitClimb Gruppenausrüstung:**

Von SummitClimb gestellt werden Zelte, ein Schlafzelt je zwei Teilnehmer (Einzelzelt möglich gegen Aufpreis), eine dicke Isolationsmatte, ein großes Gruppenzelt, Essbesteck, Küchenausrüstung und Küchenzelt (für den Koch), ein umfangreiches Erste Hilfe Set mit Höhenmedikamente, ein Satellitentelefon (bei Gruppen ab 7 Teilnehmern) für die Notfallkommunikation und kurze Anrufe daheim (€ 2,- / Minute).