



**SummitClimb**

## **Ausrüstungsliste: Baruntse Expedition**

Für die Teilnahme an der SummitClimb Baruntse Expedition benötigt jeder Teilnehmer die hier empfohlene persönliche Ausrüstung.

**Temperaturen:** bis – 25°C / mit Wind-Chill-Faktor bis -40°C

**Allgemeine Bedingungen der Besteigung:** kalt, sehr windig.

**Kategorien:** 7000m, technisch mittelschwer, Expeditionsstyle.

### Allgemein

- 1 Rucksack (40-55 Liter) zum Tragen am Berg
- 1 große Reisetasche (Haulbag, Duffelbag, u.ä.) mit Schloss (120-140 Liter)
- 1 zusätzliche kleine Tasche mit Schloss (fürs Hotel)
- 1 kleines Erstes Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten
- Pass + Kopien
- Versicherungsbeleg: Unfall-, Bergungs- und Auslandskrankenversicherung
- Bargeld, Visakarte

### Anreise + Trekking (Passhöhe 5500m):

- Kleidung für den Bereich +30°C bis - 5°C (feuchtes Wetter möglich)
- Trekkingschuhe
- Sandalen, Badehose
- Schlafsack leicht (bis -10°C) für Trekking und Basislager
- Isolationsmatte
- 1 Paar Teleskopstöcke

### Kleinigkeiten:

- 1 Hygienebeutel + Inhalt
- 1 Seife, 1 kl. Handtuch
- 1 Sonnenbrille
- 1 Sonnencreme (mind. F20)
- 1 x Sonnenschutz Lippenstift (mind. F20)
- Optional: Messer, Multitool, MP3-Player oder iPod, ein gutes Buch
- Optional: Kamera

### Expeditionsausrüstung: Kleidung und Schlafen

- 1 warme Mütze
- 1 Gesichtsmaske gegen Wind und Kälte
- 1 Paar Wind/Wasserdichte Handschuhe (optimal Daune)
- 1 Paar Leichtgewicht Handschuhe (Fleece oder Polyester)
- 2 atmungsaktive Expeditions-Shirts (kurzärmelig)
- 1 atmungsaktives Expeditions-Hemd (langärmelig)
- 1 Wind/Wasserdichte Jacke
- 1 Fleece Pullover oder Jacke
- 1 Daunenjacke mit Daunenkapuze

- 2 Unterwäsche (optimal atmungsaktiv)
- 1 atmungsaktive Expeditions-Hose (lange Unterhose)
- 1 Wind/Wasserdichte Hose
- 1 Fleece Hose (optional Daunenhose)
- 3 Paar warme Expeditionssocken (Polypropylene oder Wolle)
- 1 Paar warme Schalenschule - Bsp: Koflach Arctis, Asolo, Scarpa, Millet Everest.
- 1 Paar Gamaschen (falls noch nicht im Schuh integriert)
- 1 Schlafsack warm (mind. bis -25°C)
- 1 zusätzliche Isolationsmatte

#### Expeditionsausrüstung: Wichtige Kleinigkeiten:

- 1 Stirnlampe + 1-2 x Ersatzbatterien
- 1 Gletscherbrille
- 1 Sturmbrille
- 1 wärmegeämmte Wasserflasche (mind. 1 Liter)
- 1 normale Trinkflasche (mind. 1 Liter)
- 1 Sonnencreme (optimal Spray oder Stift, mind. F30)
- 1 Lippenstift (Sonnenschutzfaktor mind. F30)
- 1-2 kg persönliche gut schmeckende Snacks (Energieriegel, etc.)
- 3-5 gefriergetrocknete Lieblingsmahlzeiten (für Abendmahlzeiten im Hochlager)
- 1 Leichtgewicht Essbesteck (Tasse, Löffel und Gabel)
- 1 Urinflasche (mind. 1 Liter, große Öffnung)

#### Expeditionsausrüstung: Hardware fürs Klettern

- 1 Klettergurt (alpin, verstellbare Schlaufen)
- 1 Helm
- 3 Schraubkarabiner (davon mindestens 1 HMS)
- 1 Abseilachter (i.A. am Fixseil besser als ATC oder andere Abseilgeräte)
- 2 einfache Karabiner
- 1 Eisschraube
- 1 Jümar –Steigklemme
- 1 kurze, 1 lange Prusik-Schlinge
- 1 Daisy Chain, Y-Schlinge (oder Seil, 7-9mm dick, 3m lang)
- 1 lange Bandschlinge (2m)
- 1 mittellanger Allroundpicke
- 1 Paar Steigeisen (alpin, Stollplatten)
- 1 Paar Teleskopstöcke (auch die vom Trekking, mit Schneeteller)

Fehlt Dir persönliche Ausrüstung? -> siehe: <http://www.summitclimb.de/de/service/ausruetzung>

### **SummitClimb Gruppenmaterial – Baruntse Expedition**

**SummitClimb** stellt (bei Fullservice-Teilnahme) die gesamte Trekking- und Basislagerausrüstung (Aufenthaltszelt, Küchenzelt, 1 Zelt je 2 Teilnehmer), Hochlagerzelte (1 Zelt für 2 Teilnehmer, für 2 Hochlager), Kocher, Gas, einfaches Essen und gekochtes Wasser, Fixseile (ca. 1200m) und sämtliches Fixermaterial (Sherpas versichern die Seile bis zum Gipfel), Notfallapotheke, GAMMOV-Bag (Überdrucksack), Radio-System und Satellitentelefon.

**Zelte im Basislager:** Aufgrund des kurzen Aufenthalts im Basislager bei der Baruntse Expedition stellen wir nur 1 Zelt je 2 Teilnehmer (kein Einzelzelt). Großteils dieser Expedition sind wir „unterwegs“ am Trekking oder im Auf- oder Abstieg am Berg. Daher weichen wir vom Einzelzelt-Standard im Basislager ab. Auf Wunsch kann gegen Aufpreis ein Einzelzelt (auch während des Trekkings) gestellt werden.