

Equipment	Ausrüstungsliste
<u>Personal equipment</u>	<u>Mitzunehmen durch den Auftraggeber</u>
1. Backpack - 75-100 liters. Rain resistant cover	1. Rucksack - 75-100l inkl. Regenschutz.
2. Isolation - / sleeping mat	2. Isomatte
3. Sleeping bag (comfort zone - 5 degrees) - VERY IMPORTANT	3. Schlafsack - (Komfortbereich für Frauen - 5 C, für Männer 0 C)
4. Rain proofed clothes / Poncho big enough also to cover the backpack	4. Regenjacke
5. Trekking clothes (as desired 2 sets) -Trousers, - jacket, - Cap / Head cover	5. Wanderkleidung (2 Sets nach Wunsch) - Hosen, wasser- und windabweisende Jacke, Kopfbedeckung
6. Thermo underwear	6. Thermounterwäsche (Lange Unterhose + Langärmliges Shirt)
7. Clothes - 3-4 T-Shirts, slim pullover, shorts.	7. Kleidung - T-shirts, was Warmes zum drüberziehen, Shorts.
8. Gloves for chilly summer nights. Hat for sleeping and for the night	8. Leichte Handschuhe und Mütze für kühle Abende (Ein warmer Pulli, für Temperaturstürze).
9. Underwear	9. Unterwäsche
10. Swimming clothes	10. Schwimmsachen
11. Tracking socks - 5 pairs + 1-2 warm ones	11. Wandersocken -5 Paar + 1-2 Paar warme Socken
12. Tracking shoes - NO SNEAKERS - REAL TRACKING SHOES	12. Wanderschuhe - KEINE SNEAKERS oder TURNSCHUHE
13. Light shoes for the leisure time / water shoes.	13. Wandersandalen oder ähnliches, z.b. Aquaschuhe. (Vor allem für die Querung von Flüssen.)
14. Headlight + Extra batteries	14. Stirnlampe + Ersatzbatterien
15. Personal hygienic equipment - Teeth brush and paste, towel (big + small), soap, tissues.	15. Persönliche Hygieneartikel
16. Dishes - Robust (plastic or iron) dish, cup, spoon, small thermo can, knife, fork	16. Wandergeschirr - Schale, Löffel, Gabel, Becher, Thermoskanne
17. First aid kit - Really basic/small or personal one	17. Persönliche Medizin
18. Tool for litting fire, water proofed bags for electronical devices	18. Feuerzeug, Wasserdichte Wandertaschen für Technik und Wandermesser.
19. Dcouments - Passport, tickets, money, insurance	19. Dokumente - Reisepass, Versicherungspolice (Kopie), Reisetickets, Geld.

<p>20. Small gum boots (IMPORTANT)</p> <p>21. Who insist on own tent → Tracking tent</p> <p>Additional (no must) equipment</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sit-pad 2. Favorite snacks. 3. Tracking sticks 4. Sun glases and sun blocker lotion 5. Anti-moscito spray. <p>Group equipment</p> <p>Will be provided by the organisers and will be shared within group for carrying</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sleeping tents - For 2-4 persons 2. Cooking equipment for food and tea 3. Knive 4. Big spoon 5. Stuff for washing the dishes. 6. Gas heater 7. Litting fire equipment. 8. Axe and saw. 9. First aid kid. 10. Baldachin / Big Sun-Anti rain - Cover. 	<p>20. Gummistiefel, ganz wichtig!!!</p> <p>21. Wer eigenes Zelt möchte → Wanderzelt</p> <p>Optionale Ausrüstung je nach eigenem Bedarf und Wandererfahrung - (Keine Pflicht)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sitzpad - (Kann auch gestellt werden) 2. Favorisierte Snacks, Getränke und Essen 3. Wanderstöcke 4. Sonnenbrille und Sonnenschutzcremes 5. Antimückenspray <p>Wird gestellt von den Guides</p> <p>Dieses Equipment wird je nach Kondition auf die Gruppe verteilt.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zelte - Größe: 2-4 Personen. 2. Kochutensilien für Essen und Tee 3. Messer 4. Suppenkelle 5. Spülmittel 6. Gaskocher 7. Feuerzeug 8. Axt 9. Erste-Hilfe Ausrüstung 10. Baldachin gegen den Regen
---	--

Tips:

- As it will be cooked and sit on/at open fire, it is recommended to have warm clothes out of natural fabric, e.g. Cotton. The reason; fire sparks can melt functional clothing.
- - For the flight back, prepare a small bag with fresh clothes. This bag will be stored in the transport car.

Tipps:

- Da am offenen Feuer gekocht und gegessen wird, wird empfohlen warme Kleidungsstücke aus Baumwolle zu haben. Synthetik kann bei Funkenflug Schmelzlöcher erhalten.
- Für den Rückflug, wird empfohlen ein Päckchen mit normaler Kleidung in einer Tüte vorzubereiten. Diese wird dann im Transportauto gelassen und beim Abflug hat man frische Kleidung.