

Bergschule Oberallgäu

87545 Burgberg Edelweißstraße 5
Tel: 08321 / 4953 Fax: 08321 / 81956
www.alpinschule.de info@alpinschule.de

Kilimanjaro

Checkliste für Bekleidung und Ausrüstung

- Bequeme Kleidung für Flug und Hotel
- Freizeitkleidung und Turnschuhe

Wanderkleidung:

- strapazierfähige lange Hose mit Taschen
- warme Jacke oder Pullover
- warme bequeme Hemden und T-Shirts
- Sportunterwäsche, lange Unterhose
- Strümpfe und Wollsocken
- Bergstiefel aus Leder oder Goretex
- regenfeste Überkleidung
- Anorak und Überhose aus Goretex
- Gamaschen
- Hut, Wollmütze und Wollschal,
- warme Handschuhe
- Regenschirm
- Badekleidung

• **Ausrüstung:**

- Seesack oder Reisetasche mit Adresse beschriftet und abschließbar
- Tagesrucksack auch als Handgepäck verwendbar
- Daunenschlafsack bis minus 10 Grad
- Isomatte als Schlafunterlage im Zelt
- Teleskopstöcke als Gehhilfe
- Thermosflasche und Getränkeflasche für 2 Liter
- kleine Apotheke, Verbandszeug, spezielle Medikamente
- Waschutensilien
- Sonnenbrille, Sonnenschutz für größere Höhe
- Stirnlampe mit Ersatzbatterie und Ersatzbirne
- Fotoausrüstung

Gute und zweckmäßige Kleidung und Ausrüstung erhöht Ihre Sicherheit und erspart Ärger während der Tour.