

Bergschule Oberallgäu

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

Kilimanjaro

Checkliste für Bekleidung und Ausrüstung

Bekleidung am Berg:

- strapazierfähige lange Hose mit Taschen
- warme Jacke (Primaloft, Softshell, Windstopper Fleece)
- warme bequeme Hemden und T-Shirts
- Sportunterwäsche, lange Unterhose
- Strümpfe und Wollsocken
- Bergstiefel aus Leder oder Goretex
- Anorak und Überhose aus Goretex als Regen und Kälteschutz
- Gamaschen (eventuell falls vorhanden)
- Sonnenhut und warme Mütze
- warme Handschuhe (evtl. mit Überhandschuhe) bzw. Fäustlinge
- Regenschirm
- Badekleidung (Pool an den Lodges)

• Ausrüstung:

- Stabile Reisetasche (z.B. Tatonka Barrel) oder Koffer mit Adresse beschriftet und abschließbar (z.B. durch kleines Vorhängeschloss am Reißverschluss)
- wasserabweisende Wäschebeutel, um Bekleidung in Packsack am Berg „trocken“ zu transportieren. Plastiktüten sind aus umweltschutzgründen in Kenia nicht mehr erlaubt.
- Tagesrucksack auch als Handgepäck verwendbar
- Daunenschlafsack bis minus 10 Grad Komfortbereich (im Zelt kann es minus 1 Grad haben)
- Isomatte als Schlafunterlage im Zelt
- Teleskopstöcke als Gehhilfe
- Thermosflasche oder Getränkeflasche für 1-2 Liter
- kleine Apotheke, Verbandszeug, spezielle persönliche Medikamente
- Waschutensilien
- Sonnenbrille, Sonnenschutz für größere Höhe
- Stirnlampe mit Ersatzbatterie und Ersatzbirne (oder Reservelampe)
- Fotoausrüstung
- Teebeutel nach eigenen Geschmacksrichtungen (Vorort gibt es nur Schwarztee)

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

Bekleidung für Anschlussprogramm:

- leichte sommerliche Bekleidung für Hotel, Flug und Safari