



CHUI-Tours
afrika safaris

Packliste für Kilimanjaro-Bergtouren (Empfehlung)

Allgemein

Menge	Beschreibung	Gepackt
1	Textilreisetasche oder Rucksack (60 - 90 Liter) zur Aufbewahrung des Gepäcks während der Bergtour (wird vom Bergteam getragen - max. 10 KG)	
1	Tagesrucksack für alle Sachen, die Sie täglich während der Bergtour brauchen (zum selber tragen)	
1	Schlafsack für extrem niedrige Temperaturen (-7 bis -10° C)	
1	LEICHTES Regencap, das man auch über den Rucksack ziehen kann	
1	Paar Wanderstöcke (<i>können auch ausgeliehen werden</i>)	
1	Kopflampe für Gipfelaufstieg im Dunkeln	
1	Taschenlampe für Camp	
1	Sonnenbrille (am besten mit Nasenschutz)	
1	2-Liter-Trinkflasche	
1	Wecker	
1	Kamera (inkl. Filmen/Speicher und ausreichend Batterien)	

Kleidung

Menge	Beschreibung	Gepackt
3	Paar Sportsocken	
3	Paar Wandersocken	
1	Paar Regengamaschen	
1	Satz Thermo-Unterwäsche (Shirt und Hose)	
3	Kurzärmelige Shirts oder T-Shirts aus leicht trocknendem Material	
2	Langärmelige Shirts oder T-Shirts aus leicht trocknendem Material	
2	Schnelltrocknende Trekking-Hosen, vorzugsweise mit Reißverschluss um die Beine abzutrennen	
1	Warme Wanderhose	
1	Regenhose	
1	Fleece-Jacke	
1	Gore-Tex Überziehjacke / Windjacke	
1	Paar Fleece- oder Lederhandschuhe	
1	Paar Wind abweisende Gore-Tex - Fäustlinge	
1	Leichter Hut / Kappe (mit Sonnenschutz)	
1	Balaklava	
1	Schal	
1	Tennis- / Freizeitschuhe (zum Tragen im Camp)	
1	Knöchelhohe Bergschuhe (gut eingelaufen!)	

Toilettenartikel / Vitamine

Menge	Beschreibung	Gepackt
1	Sonnenschutzmittel mit hohem LSF (Sunblocker)	
1	Lippenstift mit Sonnenschutz	
1	Rolle Toilettenpapier	
1	Schnell trocknendes Handtuch	
1	Kleiner Spiegel	
1	Nähzeug	
1	Multivitamine (inkl. Eisen und Zink)	
	Zahnbürste, Zahnpasta, Rasierzeug etc.	

Nice to have

Menge	Beschreibung	Gepackt
	Lieblingskekse	
	Schokolade	
	Nüsse und Trockenfrüchte	
	Glukose oder ähnliche Energiespender	

Eine Thermo-Matte als Schlafunterlage wird vor Ort zur Verfügung gestellt!