



Spitzbergen - Abenteuer Arktis

Diese Aufstellung enthält die erfahrungsgemäß für diese Reise idealste Ausrüstung, stellt aber nur eine Empfehlung unsererseits dar und erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Bitte ergänzen Sie die Liste nach Ihrem persönlichen Bedarf. Beachten Sie bei der Zusammenstellung Ihrer Ausrüstung, daß ein Ersatz- o. Neukauf auf Spitzbergen nicht oder nur begrenzt möglich ist.

Bei Ihrer Ausrüstung sollten Sie auf Qualität & gute, stabile Verarbeitung achten. Schlechtes oder unbrauchbares Equipment erschwert den täglichen Ablauf. Sonderangebote lohnen nicht, wenn sie die Reise nicht überstehen. Eine gelungene Reise hängt auch von der Ausrüstung ab!

Hinweise zur richtigen Auswahl der Ausrüstung:

Verwenden Sie einen stabilen Tourenrucksack oder einen großen Seesack/Reisetasche mit Tragegurten. Hartschalen- und/oder Rollkoffer sind **ungeeignet** da sie an einzelnen Orten ohne Wege nicht vom Boot zur Unterkunft und zurück getragen oder gezogen werden können.

Da Sie auf dieser Reise sehr viel Zeit in der freien Natur verbringen, empfehlen wir Systemkleidung nach dem Schichtprinzip. Die ideale Trekkingbekleidung besteht aus:

1.) der Unterwäsche

die Feuchtigkeit vom Körper ableitet

2.) der Mittelschicht

aus Faserpelzpullover oder Faserpelzjacke

3.) der Überbekleidung

aus wasserdichtem aber atmungsaktivem Material (z.B. GORE-TEX).

- **Wanderstiefel** müssen bereits gut eingelaufen sein.
- **Trekkingstöcke** sind oft sehr hilfreich bei Wanderungen, wenn der Untergrund rutschig, glatt oder zerklüftet ist.

Vor Ort zur Verfügung gestellte Ausrüstung:

- **Schlafsack** für die Hüttenübernachtungen.

Gewichtsbeschränkung beim Gepäck:

**Bitte beachten Sie die Freigepäckgrenze für Ihr Hauptgepäck auf jedem SAS Flug
von pro Person max. 1 Gepäckstück mit max. 23kg.**

Achten Sie bitte auf eine leichte Zusammenstellung. Ihre gesamte persönliche Ausrüstung muss in Ihrem Hauptgepäckstück Platz finden. Die Mitnahme von Übergepäck ist teuer und belastet Sie unterwegs! Die Maximalgröße für das Handgepäck ist 55 x 40 x 20cm und max. 8 kg.

Bitte **keine Flüssigkeiten, Gel, Messer und sonstige spitze Gegenstände im Handgepäck befördern!**



Reisegepäck Checkliste:

Ausrüstung:

- Stabiler aber leichter Tourenrucksack mit separater Regenhülle oder großer, wasserfester Seesack oder Outdoor-Reisetasche mit Tragegurten. (**Kein Hartschalen- oder Rollkoffer**)
- Tagesrucksack mit 30 - 35 Liter für Tageswanderungen, Stadt und als Handgepäck für den Flug
- 2 Teleskop-Trekkingstöcke für steinig oder rutschiges Gelände
- Leichte Wasserflasche
- Kleines Sitzkissen für die Pausen während der Wanderungen
- Wasserdichte Beutel oder Plastiktüten für Schmutzwäsche

Kleidung und Schuhe:

- leichte Regenüberhose, wasserdicht und atmungsaktiv
- Trekkinghose, winddicht und schnelltrocknend, **keine Jeans!** (z.B. *Fjällräven G-1000 Modelle*)
- leichte Regenjacke, wasserdicht und atmungsaktiv
- Anorak oder warme Jacke mit Kapuze, wasserdicht (z.B. *GORE-TEX*)
- Trekkingsocken
- Faserpelzpullover oder Faserpelzjacke
- langärmelige Hemden oder leichte Pullis
- T-Shirts oder kurzärmelige Hemden
- Unterwäsche und lange Sport-/Funktionsunterwäsche
- Mütze über die Ohren reichend, Stirnband
- Leichte Handschuhe, Schal oder Halstuch
- Wander- oder Trekkingschuhe, hoher Schaft, wasserdicht und gut eingelaufen
- 1 Paar leichte Schuhe oder Sportschuhe für Anreise und Stadt
- Hüttenschuhe oder Hausschuhe für die Hütte

Persönliches (Flüssigkeiten/Gel/Messer beim Flug nicht ins Handgepäck !):

- Sonnenbrille, Sonnenschutzcreme mit sehr hohem Lichtschutzfaktor für Gesicht und Lippen
- Waschzeug, Bioseife- und Waschmittel
- Handtuch
- Brustbeutel für Geld, Flugtickets und Pass oder Personalausweis
- Taschenmesser oder Multitool
- Kleines Nähzeug, Schreibutensilien, Adressen
- Kleine Rucksackapotheke und zusätzlich die nötigen persönlichen Medikamente
- Fotoausrüstung mit Polfilter. Video- oder Digitalkamera mit ausreichend Speicherkapazität. Keine Möglichkeit zum Herunterladen von Bilddateien vor Ort. Ersatzbatterien oder Akkus.
Hinweis: Akkus können vor Ort nur sehr eingeschränkt geladen werden.
- Kleines Fernglas
- Mobiltelefon (nur begrenzte Gebiete mit Empfang), Ladegerät
- Reisewecker mit neuer Batterie
- Naschsack mit Energieriegel, Müsliriegel, Schokolade, Trockenobst, etc.
- Brillenträger: Ersatzbrille
- Spitzbergen Reiseführer und Karte
- Reiseversicherung, stellen wir auf Wunsch gerne für Sie aus

Nicht vergessen:

- **Reisekasse:** Norwegische Kronen, EC-Karte mit PIN für Abhebungen am Bankautomaten (siehe Hinweise), evt. Auch eine Kreditkarte wie MasterCard oder VisaCard
- **Gültiger** Reisepass oder Personalausweis (bei Reiseende noch mind. 3 Monate gültig)
- **Reisedokumente:** Flugtickets und Gutscheine

Stand 03/19
Änderungen und Irrtum vorbehalten