

PACKLISTE FÜR DEN

KILIMANDSCHARO

KLEIDUNG & SCHUHE

- Unterwäsche
- Wandersocken/schweißableitende Socken
- Lange Unterwäsche*
- Hosen
- T-Shirts/Kurzarmshirts
- Langarmshirts und Shirts
- Fleecejacke oder Islandpullover*
- Fleecehosen*
- Lange Jacke oder Skijacke*
- Regenbekleidung (Hose und Jacke)*
- Sonnenhut/Kappe als Schutz vor der Sonne
- Warme Mütze (am besten eine Sturmhaube)*
- Handschuhe/Fausthandschuhe (wasserdicht)*
- Wanderstiefel*
- Sportschuhe oder Sandalen
- Legwarmers für die Waden
- Sonnenbrille
- Hand- und Fußwärmer
(müssen chemisch aktiviert werden können)

SONSTIGE AUSRÜSTUNG

- Tagesrucksack*
- Wanderstöcke*
- Schlafsack*
- Liegeunterlage
- Stirn- oder Taschenlampe
- Batterien
- Adapter
- Powerbank

DIVERSE

- Pass
- Visum
- Impfausweis
- Kreditkarte
- Geld
- Versicherungsdokumente
- Reisedokumente

ESSEN & TRINKEN

- Wiederverwendbare Wasserflasche
- Müsliriegel und Sportgetränke
- Snacks, Schokolade usw.

TOILETTSACHEN

- Zahnbürste und Zahnpasta
- Kontaktlinsen/Brillen
- Toilettenpapier und Beutel für benutztes Toilettenpapier
- Rasch trocknendes Handtuch + Seife
- Sonnencreme
- Lippenbalsam mit hohem LSF
- Handdesinfektionsmittel
- Erste-Hilfe-Kasten (inkl. Blasenpflaster)
- Ihre Medikamente
- Insektenspray
- Evtl. Schlafmaske/Ohrstöpsel
- Evtl. Diamox gegen Höhenkrankheit

*Kann gebraucht im Springlands Hotel gemietet werden