



Ausrüstungs-Empfehlungen TORRES DEL PAINE „W“-Hike“ 7 Tage

Dokumente

- Gültiger Reisepass
- Impfpass
- Flugtickets
- Geld / Kreditkarte und/oder EC-Karte

Gepäck

- Rucksack 40l - 45l für die Trekking-Tage
- Rucksack-Regenüberzug
- Kleine Tasche für Reisepass / Geldgürtel bzw. für Stadtbummel etc
- für das einzulagernde Restgepäck: grosse Sporttasche o.ä.

Bekleidung

- Windstopper-Fleecejacke
- Leichte Trekkinghose – schnelltrocknend, idealerweise als Zip-Hose
- Langarm-Shirts (Baselayer), z.B. Merino / Synthetik
- T-Shirts, synthetisch oder Merino-Wolle
- Atmungsaktive Unterwäsche – Polypropylen, Merino oder gleichwertiges

- Atmungsaktive und wasserdichte Jacke (Goretex, Sympatex etc.)
- Atmungsaktive und wasserdichte Überhose (Goretex etc.)
- Leichte Daunenjacke

- Sonnen-Hut oder -kappe
- Mütze (warm)
- Halstuch, Kopftuch
- Handschuhe (Fleece, Softshell)

- Eingelaufene, knöchelhohe Trekkingschuhe
- Nahtlose Trekkingsocken
- Sandalen, Crocs oder ähnl. „Schlappen“ zum Duschen bzw. für die Hütten am Abend

Sehr empfohlen:

- **Trekkingstöcke!**

Reise-Utensilien

- Trekking-Handtuch, schnell trocknend

- Wasser- bzw. Thermosflasche - 500ml reicht aus
- Stirnlampe oder Taschenlampe, z.B. LED-Stirnlampe oder Meg lite
- Sonnenbrille und Brillenband
- Sonnencreme - hoher Schutzfaktor 20 aufwärts – und Lippenbalsam
- Persönliche Kosmetikartikel
- Toi.papier im Ziploc
- Hand-Desinfizierungs-Gel
- Persönliche, vom Hausarzt verschriebene Medikamente (ggf. Reiseleiter vor Ort davon informieren)
- Mücken- / Insektenschutz
- Armbanduhr mit Alarm oder Reisewecker
- Gehörschutzstöpsel

Optional

- Fotoapparat oder Filmkamera mit genügend Speicherkarten und 1- 2 Ersatzakkus / Ladegerät (Aufladen ist fast täglich möglich)
- Kleines Fernglas für Vogel- bzw. Tierbeobachtungen
- Taschenmesser
- Ersatzbrille oder Ersatz-Kontaktlinsen
- Verschiedene Ziploc Plastikbeutel
- Kleine Sitzmatte für die Pausen unterwegs

Für weitere Fragen und Informationen stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung!