

Skitourenreise Iran mit Damavand 5671m

13.04. - 23.04.17, Kursnr: 10410

Ausrüstungsliste

REISE

- genügend Bargeld in Euro. Kreditkarten und Travellerchecks werden im Iran nicht akzeptiert.
- 1 grosse Reisetasche oder Rucksack ca. 80 Liter mit Schutzsack
- Pass (min 6 Monate über Rückreisedatum gültig)
- Visum (wird durch bergpunkt organisiert)
- Fotokopie des Passes und Kopien der anderen Dokumente
- Handtuch
- Badkleid
- Bequemer Schuh für die Reise
- Ev. Sandalen
- Unterwäsche
- Reisekleidung
- Toilettentasche mit Toilettenartikeln

SPEZIAL

- Impfungen überprüfen, www.safetravel.ch, Unsicherheiten mit Hausarzt absprechen
- Versicherungen: Kranken- und Unfallversicherungen kontrollieren ob weltweit gültig,
- Gepäck- und Annullationskostenversicherung
- Kleine persönliche Apotheke: Pflaster, Kopfwehrmittel, Blasen (Compeed), Bergapotheke mit u.a. Höhenmedikamenten und starkem Schmerzmittel nimmt der Bergführer mit
- ev. kleine Geschenke
- alle wichtigen Informationen zur Kultur etc. finden Sie auf dem separaten Infoblatt welches der Anmeldebestätigung beiliegt

TOURENAUSRÜSTUNG

- Rucksack ca. 40 - 50 Liter
- Leichter Trekkingschuh
- Skitourenhose
- Lange Unterhosen
- 2 - 3 x Thermoleibchen
- 3 Paar Skisocken
- dünner Faserpelz
- dicker Faserpelz oder ähnliches
- Gore-Tex Jacke
- Ev. Soft-Shell Jacke
- Ev. leichte Gore-Hose
- Daunenjacke
- Ev. leichte warme Überzughose aus Primaloft
- 1 Mütze
- 1 Balaclava
- 1 Gesichtsschutz Neopren
- Sonnenhut
- 1 Paar Fingerhandschuhe
- 1 Paar dünne Fingerhandschuhe
- 1 Paar warme Fausthandschuhe
- Skibrille
- Sonnenbrille
- Sonnecreme Schutzfaktor min. 30
- Skitourenschuhe mit Thermoinnenschuh und ev. Überzug
- Stirnlampe
- Steigeisen angepasst auf Skitourenschuhe
- Tourenskis
- Felle
- Harscheisen
- Skistöcke
- LVS
- Lawinenschaufel
- Tourenproviant für die Tour in der Schweiz kaufen Achtung bei Fleisch, Käse etc.
- Thermosflasche gut ausgespült
- Seidenschlafsack
- guter Daunenschlafsack ca. 1800 Gr. (800 Gramm Daune)
- Mätteli (gut isoliert und klein verpackbar)

Mietmaterial

Technisches Material kann bei uns bis 10 Tage im Voraus gemietet werden. Der Bergführer bringt dir das Material direkt auf die Tour/den Kurs mit.

[Zur Mietmaterialliste >](#)

BÄCHLI BERGSPORT **IHR AUSRÜSTUNGSPARTNER**

Die grösste Auswahl von Bergsportartikeln in der Schweiz,
sportliche Beratung, wegweisenden Service und faire Preise.

10 mal in der Schweiz oder unter www.baechli-bergsport.ch

