



SummitClimb

Ausrüstungsliste: Elbrus Besteigung

Für die Teilnahme an der Elbrus Besteigung benötigt jeder Teilnehmer die hier aufgelistete persönliche Ausrüstung. Diese Empfehlung ist gültig für:

SummitClimb: Elbrus Normalweg

Kategorien: Leichte Hochtour, schweres Trekking.

Temperaturen: bis -15°C, mit Wind-Chill bis -25°C.

Empfehlung für den Elbrus: Warme Kleidung und Schuhe - Es kann am Elbrus sehr stürmisch werden. Freistehend ist dieser Vulkanberg stark Wind und Kälte ausgesetzt. Auf 5600 Metern kann es deutlich kälter werden als an den hohen 4000ern in der Schweiz.

Allgemein

- 1 Rucksack (45-50 Liter): Tagesrucksack zum persönlichen Tragen am Berg
- 1 kleine Tasche zum Materialdepot: Bleibt im Hotel.
- Reisepass +1 Kopie
- Visum für Russland
- Versicherungsbeleg für Unfall, Bergung und Ausland.
- Bargeld, Visakarte
- 1 Kleines Erste Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten

Anreise/Unten:

- Bequeme Schuhe
- Sandalen, Badehose
- Set an Kleidung / Wechselwäsche für An- und Abreise

Bekleidung und Ausrüstung am Elbrus:

- 1 Paar Bergschuhe: eingelaufen, bequem und warm!! Steigeisenfest.
Bsp. Modelle: *Scarpa Phantom 6000*, Schalenschuh, *La Sportiva Batura/G2/Spantik*
- Gamaschen (optional, falls nicht im Schuh integriert)
- 1 Wind/Wasserdichte Jacke
- 1 Daunenjacke mit Daunenkapuze / warme Isolationsjacke*
- 1 warmer Pullover
- 1 Wind/Wasserdichte Hose
- 1 Paar Leichtgewicht Handschuhe
- 1 Paar Wind/Wasserdichte Handschuhe, Fäustlinge
- 3 Paar Wandersocken: Polypropylene oder Wolle, warm
- 2-3x Unterwäsche
- 2 atmungsaktive T-Shirts (kurzärmelig)
- 1 atmungsaktives Hemd (langärmelig)
- 1 atmungsaktive Hose
- 1 Warme Mütze
- 1 Schlafsack (mind. bis -0°C)*

SummitClimb - Elbrus Besteigung - Gear 1/2

<https://www.summitclimb.ch/de/trekking/elbrus-besteigung>

Hardware für die Elbrus Besteigung:

- 1 Klettergurt alpin*
- 2 Schraubkarabiner*
- 2 einfache Karabiner*
- 1 Eisschraube*
- 2 kurze, 1 lange Prusik-Schlinge*
- 1 Bandschlinge*
- 1 Eispickel (mittellanger Allroundpickel)*
- 1 Paar Steigeisen*
- 1 Paar Teleskopstöcke

Wichtige Kleinigkeiten:

- 1 kleiner Hygienebeutel+Inhalt
- 1 Seife, 1 kleines Handtuch
- 1 Sonnencreme (mind. F30)
- 1 Sonnenschutz Lippenstift (mind. F25)
- 1 Gletscherbrille (sehr gute Sonnenbrille)
- 1 Stirnlampe
- 1x Ersatzbatterien
- 1 Gletscherbrille (sehr gute Sonnenbrille)
- 1 wärmegeämmte Wasserflasche
- Messer, Besteck
- Ca. 1 kg persönliche gut schmeckende Snacks (Energieriegel, etc.)
- Optional: Fotokamera, iphone, ein gutes Buch.

*dieses Material kann von geliehen werden, bitte rechtzeitig informieren.

Summit-Gear Materialverleih:

Bei Bedarf können Produkte durch Teilnehmer unserer Reisen über uns zu vergünstigten Konditionen bezogen oder ausgeliehen werden. Siehe Details zu unserem Material-Service und Verleih unter:

<https://www.summitclimb.ch/de/service/ausruestung>

SummitClimb Gruppenmaterial

Für die Elbrus Besteigung benutzen wir auf dem Normalweg die vorhandene gute Infrastruktur (Hotels, eine bequeme Hütte). Wir stellen sämtliches Gruppenmaterial: Seile für den Gletscher, Notfallapotheke und Satellitentelefon.