



SummitClimb

Ausrüstungsliste: Elbrus Überschreitung

Für die Teilnahme an der SummitClimb Elbrus Nord-Süd-Überschreitung benötigt jeder Teilnehmer die hier empfohlene persönliche Ausrüstung, möglichst leichtgewichtige Ausrüstung.

SummitClimb: Elbrus Normalweg, Elbrus Überschreitung.

Kategorien: Leichte Gletschertour, 5600 Meter Höhe, konditionell anspruchsvoll.

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

Empfehlung für die Überschreitung: Leichtes Material und trotzdem warm! Es kann am Elbrus sehr stürmisch werden. Freistehend ist der Vulkan stark Wind und Kälte ausgesetzt. Bei der Überschreitung musst Du Dein gesamtes persönliches Material über den Berg tragen. Wir können Material am Anfang der Tour deponieren oder überflüssige Kleidung und Ausrüstung auf der Nordseite vor der Überschreitung verschenken.

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:

- 2x Bequeme Schuhe (1 Paar zum Verschenken, Nordseite – 1 Paar zum Depot)
- Sandalen, Badehose (Depot oder Verschenken)
- Set an Kleidung / Wechselwäsche für An- und Abreise (Depot)

Elbrus Trekking und Besteigung (Bereich von $+30^{\circ}\text{C}$ bis -15°C für Tag und Nacht)

- 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* (optional), sonst warme Jacke, Permaloft 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 warm (mind. bis -10C)*
- 1 Isolationsmatte

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

*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:

<http://www.summitclimb.de/de/service/ausruestung>

SummitClimb Gruppenmaterial

Für die Elbrus Überschreitung benutzen wir die vorhandene Infrastruktur (Hotels, Hütten). Wir stellen sämtliches Gruppenmaterial: Seile für den Gletscher, Notfallapotheke und ab 6 Teilnehmern Satellitentelefon.