



Die folgende Ausrüstungsliste gilt als Richtlinie für jeden Teilnehmer (Full-Service*) unserer Muztagh Ata Expeditionen. Bei Fragen und Unklarheiten kannst Du Dich jederzeit bei uns melden. Artikel, welche nicht als optional bezeichnet sind, müssen von jedem Teilnehmer mitgeführt werden.

Temperaturen: bis -30°C / mit Wind-Chill-Faktor bis -45°C

Allgemeine Bedingungen der Besteigung: kalt, windig, trocken.

Kategorien: Expedition 7500m, technisch wenig schwierig, Skitour/Schneeschuhtour

Allgemein

- 1 Rucksack (55-65 Liter) zum Tragen am Berg
- 1 grosse robuste Reisetasche (Duffelbag) mit Schloss (80-100 Liter)
- 1 zusätzliche kleine Tasche mit Schloss (fürs Hotel, optional)
- 1 kleines Erstes Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten
- Pass + Kopien
- Versicherungsbeleg: Unfall-, Bergungs- und Auslandsrankenversicherung
- Bargeld, Visakarte

Anreise und Basislager (4500m) :

- Kleidung für den Bereich $+30^{\circ}\text{C}$ bis -5°C
- Trekkingschuhe
- Sandalen/Crocs, Badehose (optional)
- Schlafsack (Komfortbereich bis -15°C)
- Isolationsmatte Schaumstoff
- 1 Paar Teleskopstöcke

Kleinigkeiten:

- 1 Hygienebeutel + Inhalt
- 1 Seife, 1 kl. Handtuch
- 1 Sonnenbrille
- 1 grosse Sonnencreme (Faktor 30)
- 1 x Sonnenschutz Lippenstift (mindestens Faktor 30)
- Messer, Multitool, MP3-Player oder iPod, ein gutes Buch, Kindl, etc. (optional)
- Kamera inkl. SD Karten und Ersatzakku (optional)
- Grossen USB Stick zum Austausch der Bilder am Ende der Reise (optional)

Expeditionsausrüstung: Kleidung und Schlafen

- 1 Schlafsack warm (Komfortbereich ca. -30°C)
- 1 zusätzliche Isolationsmatte (Therm a Rest/Exped Down Mat o.ä.)
- 1 warme Mütze
- 1 Gesichtsmaske gegen Wind und Kälte
- 1 Paar Expeditionsfäustlinge Daune inkl. dünne Unterziehhandschuhe (z.B. Polartec)
- 1 Paar Warme Fingerhandschuhe wasserdicht
- 1 Paar leichte Fingerhandschuhe
- Funktions-Unterwäsche
- 2 Funktions-Shirts (kurzärmelig)
- 2 Funktions-Shirts (langärmelig)

- 1 Wind/Wasserdichte Jacke (z.B. Gore Tex)
- 1 Fleece Jacke/Softshell
- 1 Expeditions-Daunenjacke mit Daunenkapuze
- 1 lange Unterhose (z.B. Polartec)
- 1 Wind/Wasserdichte Überhose (z.B. Gore Tex)
- 1 Daunenhose
- 3 Paar warme Expeditionssocken (Polypropylene oder Wolle)

Expeditionsausrüstung: Wichtige Kleinigkeiten:

- 1 Stirnlampe + 2 x Ersatzbatterien
- 1 Gletscherbrille
- 1 Sturmbrille/Skibrille
- 1 Thermosflasche (mind. 1 Liter)
- 1 Urinflasche (mind. 1 Liter, große Öffnung)
- 1 Sonnencreme (optimal Faktor 50)
- 1 Lippenstift (Sonnenschutzfaktor Faktor 50)
- 1-2 kg persönliche gut schmeckende Snacks (Energieriegel, etc.)
- 3-5 gefriergetrocknete Lieblingsmahlzeiten (für Abendmahlzeiten im Hochlager)
- 1 Leichtgewicht Essbesteck (Tasse, Löffel und Gabel)

Expeditionsausrüstung: Hardware fürs Klettern

- 1 Klettergurt (leicht, verstellbare Beinschlaufen)
- 2 Schraubkarabiner (davon mindestens 1 HMS)
- 2 einfache Karabiner
- 1 Eisschraube
- 1 kurze, 1 lange Prusik-Schlinge
- 1 lange Bandschlinge
- 1 Pickel
- 1 Paar Steigeisen (inkl. Stollplatten)

Skitouren oder Schneeschuhausrüstung:

- 1 Paar Gamaschen (falls noch nicht in Schuh/Hose integriert)
- 1 Paar Teleskopstöcke

a.) Muztagh Ata mit Ski:

- Tourenski (+Felle)
- Skitourenschuhe (mit Platz im Zehenbereich wg. Kältebrücke)
- Zusätzliche Neopren-Überzuggamaschen (Bsp: Forty Below / evtl. elektrische Heizung)

b.) Muztagh Ata mit Schneeschuhen:

- Schneeschuhe**
- 1 Paar warme Expeditionsschuhe (La Sportiva Olympus Mons/Scarpa Phantom 8000)

Material-Service – Weitere Info unter: <http://www.summitclimb.ch/de/service/ausruistung>

**SummitClimb-Verleih (China): MSR-Modelle, passend zum Gewicht! Bitte rechtzeitig anfragen!
Hochwertige Schlafsäcke und Daunenjacken können wir ab der Schweiz verleihen.

SummitClimb Gruppenmaterial

SummitClimb stellt bei der Muztagh Ata Expedition (für Full-Service*-Teilnehmer) sämtliche

- Basislagerausrüstung: 1 Zelt je Teilnehmer, Küchen-Equipment, Aufenthaltszelt, Geschirr, Solar- und Generatorstrom.
- Sämtliche Hochlagerausrüstung (Gruppenmaterial): Zelte, Schaufeln für Hochlageraufbau, Kocher, Gas, Seile, Firnanker, Funkgeräte, Satellitentelefon für den Expeditionsleiter, etc.

Für unsere Muztagh Ata Expedition haben wir in Bishkek (Kirgistan) und in Kashgar (China) Material deponiert.

*Bei Teilnahme zum Basispreis wird keine Gruppenausrüstung gestellt.
Absprachen bzgl. Basislager- und Hochlager- Material können getroffen werden. Bitte anfragen!