



# Packliste Swanetien

Bekleidung	vorhanden	besorgen	eingepackt
Funktionsunterwäsche, z.B. von <a href="#">Icebreaker</a>			
Funktionsunterhose lang, z.B. von <a href="#">Icebreaker</a>			
Funktions-T-Shirt kurz/Langarm, z.B. von <a href="#">Icebreaker</a>			
Funktionssocken (warmhaltend, schnell trocknend & atmungsaktiv), z.B. von <a href="#">Icebreaker</a>			
Fleecejacke oder Merino-Fleecejacke, z.B. von <a href="#">Icebreaker</a>			
Klein packbare und leichte Isolationsjacke, am besten mit Kapuze, mit Primaloft- oder Daunenfüllung			
Tourenhose aus Softshell/Windstopper u/o Ski-Funktionshose			
Winddichte Funktionsjacke aus Softshell/Windstopper			
Wasserdichte Funktionsjacke			
Warme Handschuhe			
Zusätzlich dünne Handschuhe (Fleece oder Windstopper)			
Warme Mütze			
Stirnband, Halstuch oder Buff			
Wechselkleidung (Socken, Unterwäsche, Shirts)			
Bequeme und warme Hose und Pulli für zuhause			
Daunenschuhe oder zusätzliche, sehr warme Socken			
Evtl. Crocs o.ä.			

Ausrüstung	vorhanden	besorgen	eingepackt
LVS-Gerät (inkl. Batterien)			
Lawinenschaufel mit Lawinsonde			
Tourenski mit passenden Steigfellen			
Skitourenschuhe			
Harscheisen			
Teleskopstöcke mit großen Tellern, z.B. von <a href="#">Swix</a>			
Tagesrucksack mit ca. 30 Liter Volumen, evtl. Riemen zum Befestigen von Schlafsack und Isomatte			
Stirnlampe (am besten mit Akku), z.B. von <a href="#">Ledlenser</a>			
Sonnenbrille mit 100%iger UVA-, UVB- und UVC-Absorption			
Skibrille			
Evtl. Skihelm			
Feste Schuhe, am besten Bergschuhe			

### TIPP ABS-LAWINENAIRBAG:

Wer einen ABS-Rucksack dabei haben will, findet hier hilfreiche Infos für die Mitnahme im Flieger:  
<https://www.abs-airbag.com/de/flugzeug.html>

### KLIMA UND AUSRÜSTUNG:

Du musst mit einer großen Bandbreite an Wettergeschehen rechnen: von Plusgraden bis hin zu Schneetreiben und unter minus 20° C am Berg. Nimm lieber eine Zwiefelschicht mehr mit, aber achte darauf, dass alles noch unter deine Hardshell-Jacke-/Hose passt und Dich nicht einengt.

»»» Fortsetzung Seite 2



# Packliste Swanetien

Diverses	vorhanden	besorgen	eingepackt
Leichte Thermosflasche, z.B. von <a href="#">Thermos</a>			
Weithals-Trinkflasche, z.B. von <a href="#">Thermos</a>			
Taschenmesser			
Evtl. Hustenbonbons			
Kleines Sortiment an Müsliriegeln und Jause für unterwegs			
Kleine Plastiktüte für Abfälle			

Wellness	vorhanden	besorgen	eingepackt
Persönliche Medikamente			
Erste-Hilfe-Set, Blasenpflaster, Tape			
Kleine Tube Sonnencreme inkl. Lippenschutz (hochwertiger UVA- und UVB-Filter mit mindestens LSF 30)			
Ohropax/Ohrstöpsel			
Leichtes Badehandtuch			
Taschentücher			
Feuchttücher fürs „Notfallwaschen“ zwischendurch			
Zahnbürste inkl. Zahnpasta			
Reiseföhn (einer oder zwei pro Gruppe reicht)			

## TIPP FÜRS KOFFERPACKEN:

Je nach Airline ist das Gepäckstück auf ca. 23 Kilo limitiert. Das Sportgepäck muss man meistens vorher anmelden und geht extra. Daher ist ein Skisack mit Rollen äußerst praktisch. Dort bekommt man Skistiefel und andere schwere Gegenstände unter und entlastet so das Reisegepäck. Beachte aber auch hier etwaige Gewichtslimits der Airline!  
 23 Kilo fürs Reisegepäck sind mit der ganzen Ausrüstung trotzdem knapp und du wirst bestimmt ein paar Souvenirs mit nach Hause nehmen!  
 Deswegen solltest du gleich alles zuhause lassen, was Du nicht unbedingt brauchst. Die sanitären Verhältnisse sind teilweise einfach, das Ambiente rustikal – Bademantel, Lockenwickler und schicke Après-Ski-Outfits brauchst du sicher nicht!

Diverses	vorhanden	besorgen	eingepackt
800,- EUR in bar für Kosten vor Ort			
Kreditkarte (Bargeld bekommt man mit Glück am Bankomat, sicherer ist aber das Tauschen von Euros/Dollar in der Bank)			
Reisepass, mind. 6 Monate gültig, keine Visumspflicht			
Handy, ggf. Fotoapparat, Ladekabel			

Unsere Ausrüstungspartner:

icebreaker **LOWA** simply more... **SWIX** **GENUINE THERMOS BRAND** **LEDLENSER**

  
**bergfuehrer.com**