

## Ausrüstungsliste Wildnis-Reisen im Juli und August

**Sollten Sie neues Material benötigen, dann empfehle ich Ihnen, dieses erst nach einer gemeinsamen Besprechung dieser Ausrüstungsliste einzukaufen! Sie ersparen sich so möglicherweise viel Ärger!**

Diese Ausrüstungsliste ist verbindlich und vollständig; Aus Gewichtsgründen (Wasserflugzeug) bitte keine weiteren Artikel und Gepäckstücke mitnehmen. Die restliche Ausrüstung (Zelt, Boote und Paddelausrüstung, Karten und Kompass, Mückennetze, Bärenspray, Survival-Material, Koch-, Gruppen- und Sicherheitsmaterial usw.) wird von mir zur Verfügung gestellt. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Fluggesellschaft, ob sie ein oder zwei Gepäckstücke mitnehmen dürfen. Denken Sie beim Einpacken in Sachen Gewicht daran, dass Sie das Gepäck in der Wildnis ab und zu tragen müssen.

Ihre persönliche Ausrüstung werden wir vor dem Flug in die Wildnis in einen wasserdichten Rucksack umpacken. Vorgängig werden wir eine Garnitur «Wildnis-Kleider» anziehen. Die zweite Garnitur für die Wildnis ist als Reserve für unterwegs gedacht.

Die Anreise nach Kanada soll in zweckmässiger Kleidung erfolgen. Diese Kleider werden nur auf der Hinreise nach Kanada bzw. Rückreise nach Europa getragen; während des Wildnis-Aufenthaltes werden sie aufbewahrt.

Medikamente sowie Toilettenartikel im Handgepäck transportieren – leider kommt es ab und zu vor, dass das Gepäck nicht mit der Reisenden/dem Reisenden ankommt.

Das Wetter ist i.d.R. im Sommer in Nord-Saskatchewan sehr angenehm, schön und trocken (Juli und August). Es sind aber auch Hitze- ebenso wie Kältewellen möglich. Wir wappnen uns also für alles im Sinne von: «*Expect the worst, enjoy what you get*».

Nicht vergessen: eine Unfall- und Krankenversicherung für Kanada abschliessen. Empfehlenswert ist auch eine Annullationsversicherung (Reiseversicherung).

- 1 Rucksack/Koffer oder ähnliches\*
- 1 kleiner, leichter Tagesrucksack
- 1 warmer Schlafsack\*,
- 1 Kompressionsack\*
- 1 Liegematte\*
- Sandalen\*
- „Wasserschuhe“ (alte Turn- oder Neoprenschuhe, Watschuhe)
- 1 Paar robuste Trekking-Schuhe\*
- Reserveschnürsenkel
- 2 starke Hosen \*
- 1 Regenhose und -jacke \*
- 1 (Leder)Gürtel
- 1 warmer Faserpelz-Pullover\*
- 2 langärmlige Hemden\*
- 3-4 Slips\*
- 3 kurze T-Shirts\*
- 1 Garnitur lange Unterwäsche (Hose und Leibchen) \*
- 2-3 Paar wadenhohe Wollsocken\*
- 1 kurze Hose
- 1 Badehose/Badkleid/Bikini
- 1 Schirmmütze (Sonnenschutz), event. mit Nackenschutz
- Sonnenbrille
- 1 Armbanduhr\*
- 10 Meter Schnur / Wäscheklammern
- Nähzeug, Flickzeug (für Liegematte)
- 2 Ein-Liter Trinkflasche\*
- 1 Suppenteller
- 1 Tasse\*
- 1 Taschenmesser\*
- 1 Gabel / 1 Löffel
- 1 Taschenlampe\*

#### Toilettenartikel:

- 1 Waschlappen
- 1 kleines Frottiertuch\*
- 1-2 Taschentücher
- 1 Necessaire (Wäschebeutel)

- Nagelknipser oder Nagelschere
- 1 Rolle WC-Papier (als Reserve)
- Bei Bedarf: Artikel für die Monatshygiene
- Bei Bedarf: Rasierutensilien
- Zahnbürste, 1 kleine Zahnpasta
- 1 Kernseife (oder andere biologisch abbaubare Seife)
- Parfümfreie Kosmetika\* (Sonnenschutz-, Gesichts-, Handcreme)
- Lippenpomade (wichtig auf dem Wasser)

#### Persönliche Medikamente\*

- Persönliche Medikamente gemäss ärztlicher Empfehlung
- Mittel zur Behandlung von Mückenstichen sowie Mückenspray (Antibrumm Forte)
- Mittel gegen Durchfall
- Heftpflaster, elastische Binde, Gaze, Desinfektionsmittel
- Nicht fettende Handcreme für rissige Hände
- Mittel gegen Fusspilz
- Brillenträger: Ersatzbrille sowie Elastikband für die Kanufahrt

#### Freiwillig

- 1 Taschenbuch (gegenseitig austauschen), Schreibzeug, Fernglas, Fotoapparat\*, leichte Hängematte, Handschuhe zum Paddeln, warme Mütze für windige Tage, bei Bedarf kleines Kissen, Imprägnierungsmittel für Schuhe (klein), eigenes Zelt

#### Papierkram

- Gültiger Reisepass (mind. 6 Monate nach Einreise), Kopie des Passes, 2 Passfotos als Reserve, Identitätskarte (Personalausweis)
- Kopien der Reisedokumente
- Kanadische Dollar und/oder Kreditkarte
- Bei Bedarf: Medikamentenrezepte
- Impfausweis mit Blutgruppenangabe

\*Erläuterungen auf Seite 3

## Tipps zum Kauf der Ausrüstung

Sie leben auf dieser Reise ein paar Wochen fernab von jeglicher Zivilisation. Die Ausrüstung hat in der Wildnis einen wichtigen Stellenwert: Gutes Material kann viel zum Wohlbefinden und zur Sicherheit beitragen. Es ist selbstverständlich Ihnen überlassen, ob Sie sich für diese Reise neu mit Material eindecken. Durch meine langjährige Erfahrung in der Wildnis habe ich einiges an Erfahrung sammeln können. Bei einigen wenigen Sachen lohnt es sich, gute Markenartikel zu kaufen, beim meisten Material bieten aber inzwischen sog. Billiganbieter gute und preisgünstige Alternativen an. Und vor allem bewährt sich auch immer wieder ‚Altbewährtes‘ und ‚Gebrauchtes‘. Generell gilt für Kleider: je heller sie sind, desto weniger ziehen sie Mücken an.

Die folgenden Tipps sollen Ihnen beim Neukauf und Einpacken der Ausrüstung helfen:

- **Schlafsack:** Nehmen Sie einen Schlafsack mit, der auch noch um die Nullgrad-Grenze warm gibt. Falls Sie einen neuen kaufen: eine Mumienform gibt schön warm, und ein mit Kunstfasern gefüllter trocknet schneller und isoliert auch noch, wenn er feucht ist). Misstrauen Sie den Temperaturangaben der Hersteller. Lassen Sie sich in einem guten Fachgeschäft beraten; eine gute Investition lohnt sich hier.
- **Kompressionssack:** Mit einem Kompressionssack lässt sich ein grosser Schlafsack in ein kleines Gepäckstück verwandeln.
- **Liegematte:** Gut eignet sich eine sog. ‚selbstaufblasende‘ Isoliermatte. Grösse 180x50cm
- **Rucksack:** Grundsätzlich spielt es keine Rolle, in was Sie Ihre Ausrüstung nach Kanada transportieren. Ihr persönliches Gepäckstück werden wir vor dem Flug in die Wildnis in einen wasserdichten Rucksack umpacken.
- **Trekking-Schuhe:** Empfehlenswert ist ein leichter, gut verarbeiteter Trekkingschuh, welcher auch ihre Knöchel schützt. Bitte keine ‚steifen‘ Hochgebirgsschuhe mitnehmen!
- **Sandalen:** es ist angenehm, ab und zu ohne Wanderschuhe unterwegs zu sein. Sandalen, welche die Zehen schützen sind sicherer.
- **„Wasserschuhe“:** alte hohe Turnschuhe, Neoprenschuhe, Watschuhe ..... Gewisse Flussabschnitte können nicht befahren werden. Dann ist jeweils „waten“ angesagt. Es ist wichtig, dabei die Füsse/Knöchel zu schützen. Sandalen sind also ungeeignet. Man muss sich das so vorstellen: man geht über ein glitschiges Geröllfeld, welches unter Wasser steht, und sieht nicht, wo man hintritt.
- **Starke Hosen (‚Arbeiterhosen‘, ‚Trekkinghosen‘):** Jeans sind ungeeignet, sitzen zu eng und trocknen schlecht. Die Hosen sollten weitgeschnitten, dicht gewoben und nicht zu dunkel sein – all das hilft gegen Mückenstiche. Viele Aussentaschen –auch an den Beinen – sind praktisch. Es eignen sich auch neue oder gebrauchte Armeehosen oder eine Bauarbeiterhose.
- **Regenhose und -jacke:** Auf dem Markt werden viele Marken angeboten. Ein sog. atmungsaktiver zweiteiliger Regenanzug leistet gute Dienste. Kaufen Sie nicht das teuerste Produkt: der Regenanzug kann vom Wald und Feuer Spuren abbekommen.

- **Faserpelz-Pullover:** Wer noch keinen Faserpelz besitzt: Alle Kleidergeschäfte bieten heutzutage welche an. Faserpelzprodukte trocknen schnell und halten auch Nieselregen ab. Zur Not tut's aber auch ein wollener Pullover (trocknet aber langsam und ist schwerer).
- **Socken:** Dicke, wadenhohe Socken eignen sich am besten. Wer neue kaufen muss: ich persönlich stehe auf Rohner Trekking Socken. Die sind zwar teuer, aber echt gut. Es gibt aber auch hier gute Alternativprodukte.
- **Langärmlige Hemden:** Die Hemden sollen dicht gewoben, hell und nicht zu dünn sein. Sog. Baumfällerhemden aus Baumwolle eignen sich vorzüglich.
- **Unterwäsche:** Kurze Unterwäsche und T-Shirts aus Baumwolle. Lange Unterwäsche aus Seide/Wolle oder funktionellem Material (sog. Sportunterwäsche) Baumwolle wärmt und trocknet schlechter.
- **Taschenmesser:** Neben der normalen Klinge sollte noch mindestens eine Holzsäge vorhanden sein. Sog. Überlebensmesser sind zu gross und unnötiger Ballast.
- **Teller und Tasse:** Nehmen Sie kein zerbrechliches Geschirr mit. Emailliertes und metallenes Geschirr ist schwer – man kann aber zur Not damit kochen. Geschirr aus Kunststoff ist auch ok.
- **Trinkflasche:** Kunststoff und Metall eignen sich. Eine Flasche aus Metall (z.B. Sigg Aluflasche) kann im Feuer erhitzt und z.B. als Bettflasche benutzt werden.
- **Armbanduhr:** Wenn Sie eine mit Zeiger haben, dann nehmen Sie diese mit. Ansonsten genügt eine digitale.
- **Taschenlampe:** Gut eigenen sich sog. Stirnlampen; andere tun es auch.
- **Frottiertuch:** Inzwischen gibt es in guten Outdoor-Läden Produkte, sie sehr saugfähig und klein zusammenlegbar sind.
- **Medikamente:** Mittel gegen schwere Krankheiten werden für die ganze Gruppe mitgeführt. Nehmen Sie einen guten Mückenspray mit (z.B. Antibrumm forte).
- **Kosmetika:** Erlaubt sind ausschliesslich **parfümfreie** Artikel (z.B. von ROC). Bewährt hat sich seit Jahren die Kernseife – damit kann man den Körper waschen, die Haare, die Kleider .....
- **Fotoausrüstung:** Vergessen Sie nicht, Ersatzbatterien und einen wasserdichten Beutel mitzunehmen

(Stand Herbst 2017)