

Ausrüstungsliste: Südkarpatenrunde

(Karpatentour September/Oktober 2011 - Rumänien)

Inhalt

1. Allgemeine Wanderausrüstung
2. Bekleidung
3. Fotoausrüstung
4. Hygiene
5. Küche
6. Orientierung
7. Reiseapotheke
8. Verpflegung
9. Werkzeug/Reparatur
10. Wertsachen

1. Allgemeine Wanderausrüstung

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
1	Beutel, 2 l	Ultra-Sil Dry Sack	Sea to Summit	16 g
1	Daunenschlafsack, L	Powerizer 1200	Yeti Design	1885 g
1 Paar	Eisketten, L		Turtles	240 g
1	Isomatte + Beutel	Therm-a-Rest Prolite 3 Regular	Cascade Designs	640 g
1	Kompressionsack, L		Jack Wolfskin	212 g
1	Kompressionsack, L	Event	Sea to Summit	165 g
1	Mobiltelefon + Tasche + Ladegerät			152 g
1	Packsack, XL		Meru	60 g
1	Rucksack, 70 l	Slim Mac 2	Bach	3100 g
1	Rucksack, L	Nott	Nordisk	160 g
1	Rucksackregenschutz	Raincover	Jack Wolfskin	152 g
1	Sonnenbrille + Etui	Jorasses	Loubsol	130 g
1	Stirnlampe + Batterien	Myo XP	Petzl	174 g
1	Tagebuch + 2 Stifte			132 g
1 Paar	Teleskopstöcke	Makalu Carbon Ultralite Speedlock	Leki	442 g
1	Zelt (mit Gestänge, Heringen und Aufbewahrungsbeuteln)	Soulo	Hilleberg	2252 g
1	Zeltunterlage	Soulo-Footprint	Hilleberg	232 g
Summe				10144 g

2. Bekleidung

1. Schicht

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
2 Paar	Socken, 43		Ullfrotté	190 g
1	Unterhemd (lang), L		Woolpower	264 g
2	Unterhosen (kurz)		Four Seasons	104 g
1	Unterhose (lang), L		Woolpower	188 g
Summe				746 g

Das Woolpower-Unterhemd eignet sich auch als Pullover.

2. Schicht

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
1	Hose (lang), L	Eryx Pant	Haglöfs	576 g
1	Hose (lang), L	Mountain	Mammut	310 g
1	Jacke (Fleece), L		Four Seasons	442 g
1	T-Shirt (kurz), L	Tech T Lite 150	Icebreaker	158 g
1	T-Shirt (lang), L	U Turn L/S 190 Men	Icebreaker	266 g
Summe				1752 g

3. Schicht

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
1 Paar	Handschuhe, XL	Gore-Tex	Berghaus	70 g
1 Paar	Handschuhe, L	NoWind Glencoe Flap	Meru	102 g
1	Jacke (Fleece), L	Choktoi Pro Men	Berghaus	788 g
1	Mütze	WS Helm Cap	Mammut	30 g
1	Mütze	Rotkäppchen	Helga	142 g
1	Regenhose, L	PacLite Pants	Berghaus	222 g
1	Regenjacke, L	Resolve Jacket Men	The North Face	528 g
Summe				1882 g

Schuhe

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
1 Paar	Bergschuhe, 43 ½	Nepal Top Unisex	La Sportiva	2250 g
1 Paar	leichte Halbschuhe, 9 ½	Boat CC Lace	Adidas	412 g
1	Spannriemen, 1m	Metall	Meru	46 g

Summe				2708 g
-------	--	--	--	--------

3. Fotoausrüstung

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
3	Akkus	14464	Leica	138 g
2	Akkus	DMW-BCF10E	Panasonic	42 g
1	Akku-Ladegerät + Kabel	Reiseladegerät	Leica	146 g
1	Blitz + Batterie	SF24D	Leica	174 g
1	Filter	UV-Haze MRC 46	B+W	20 g
1	Filter	UV-SH-PMC ES 55	Heliopan	24 g
1	Fototasche		Lowe	656 g
1	Drahtauslöser		Nikon	30 g
1	Gehäuse	Lumix DMC-FT3EG-S	Panasonic	202 g
1	Gehäuse	M 9	Leica	584 g
1	Objektiv	1:5,6/12 ASPH + Sucher, Adapter	Voigtländer	250 g
1	Objektiv	Tri-Elmar-M 1:4/16-18-21 ASPH E67, Sucher	Leica	456 g
1	Objektiv	Summilux-M 1:1,4/35 ASPH E46	Leica	340 g
1	Objektiv	APO-Summicron-M 1:2/90 ASPH E55	Leica	500 g
3	Speicherkarten	SDC 4 GB	Transcend	3 g
1	Stativ	GorillaPod SLR-Zoom	Joby	244 g
1	Stativkugelkopf	Junior Tiltop	Linhof	226 g
1	Wasserwaage			10 g
Summe				4045 g

4. Hygiene

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
1	Beutel		Meru	14 g
1	Deo	dry comfort	Nivea	26 g
1	Feuchttuch	Kevatril	La Roche	6 g
1	Handtuch	Packtowl	MSR	54 g
1	Klappbürste		Relags	44 g

1 Rolle	Klopapier			136 g
2x	Outdoorseife		Four Seasons	250 g
1	Waschbeutel	Mini Waschsalon	Jack Wolfskin	136 g
8	Wäscheklammern	Multi-Clips	Ortec	12 g
1	Wäscheleine, 2 m	4 mm Reepschnur		12 g
1	Waschlappen	Packtowl	MSR	12 g
1	Zahnbürste		Dontodent	18 g
1	Zahnpasta, 25 ml		Ajona	40 g
1	Zahnseide		Dontodent	14 g
Summe				774 g

Klopapier kann auch als Taschentuch verwendet werden.

5. Küche

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
1	Berghaferl, 0,3 l		Akita	54 g
1	Beutel, L		Meru	46 g
2	Brennstoffflaschen mit gereinigtem Benzin, 0,66 l		MSR	1220 g
1	Faltflasche, 1 l	Platypus	Cascade Designs	26 g
3	Gasfeuerzeuge			42 g
1	Kocher + Beutel	Dragonfly	MSR	702 g
1	Kochtopf + Topfdeckel, 1,8 l	Gourmet Set	Primus	366 g
1	Spork		Light my Fire	10 g
1	Teeei			14 g
1	Topfzange		Primus	46 g
1	Trinkflasche, 1 ½ l		Hünersdorff	134 g
Summe				2660 g

6. Orientierung

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
1	Armbanduhr	Pro Trek Nakila	Casio	106 g
1	Kompass	Typ 25 Ranger	Silva	86 g
	Wanderkarten			132 g
	Wegbeschreibungen			
Summe				324 g

7. Reiseapotheke

Menge	Ausrüstungsteil	Name	Dosierung	Gewicht
20	Antibiotikum	Cefaclor 500	3x1	20 g
1	Antiseptikum, 30 ml	Betaisodona-Lösung		42 g
5	Augentropfen, 0,5 ml	Euphrasia	2x1	8 g
5	Blasenpflaster	Balea		18 g
12	Durchfalltabletten	Imodium	1. 1x2 2. 1x1 max. 6/Tag	8 g
1	Elastikbinde			54 g
1	Erste-Hilfe-Tasche			90 g
1	Hautcreme	Fenistil		20 g
	Heftpflaster			20 g
12	Ohropax	Ohropax-Classic		38 g
45	Schmerzmittel	Ibuprofen 800	1-3x1	72 g
1	Sonnenschutzcreme, 50 ml	Anthelios XL 50+		40 g
1	Sonnenschutzstift	Capital Soleil 50+		28 g
10 m	Tape, 2 cm	Leukotape		48 g
2	Wasserentkeimer, 30 ml	Aquaventure	je 6 Tropfen A und B auf 1 l Wasser	82 g
Summe				588 g

8. Verpflegung

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
17	Brausetabletten	Magnesium	Krüger	96 g
15	Fertiggerichte	Globetrotter Lunch	Globetrotter	3500 g
	Nuss-Frucht-Mischung			3400 g
1	Plastikbeutel			52 g
	Tee	Darjeeling	Indische Frauen	184 g
1	Beutel, 2 l	Ultra-Sil Dry Sack	Sea to Summit	16 g
Summe				7248 g

9. Werkzeug/Reparatur

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
-------	-----------------	--------	------------	---------

1	Taschenmesser	Hercules	Victorinox	178 g
Summe				178 g

Im Reparaturset habe ich noch Gummiband, Draht, Faden, 5 Kabelbinder, 3 Nadeln, Silikonfett, Flickzeug, ein Nähset und ein paar Nieten (70 g).

10. Wertsachen

Menge	Ausrüstungsteil	Modell	Hersteller	Gewicht
	Geld			
1	Geldbörse			50 g
1	Bahncard			4 g
1	Mastercard			4 g
1	Personalausweis			6 g
1	Regiocard			2 g
1	Wohnungsschlüssel			8 g
Summe				74 g

Fotoausrüstung: 4045 g; Körper: 3561 g; Rucksack: 25587 g (mit Wasser 28087 g)

Gesamtgewicht: 33193 g (mit Wasser 35693 g)