

## Pakkeliste til Elbrus

Når man skal bestige Elbrus, er det vigtigt, at man er godt klædt på og har tjek på sit udstyr. Derfor har vi med hjælp fra Kipling og erfaring fra andre ture lavet en nyttig oversigt med alle de nødvendige ting, man får brug for på turen.

### Husk

Pas, penge, flybillet m.m.  
Adapter til stikkontakt Konverter til stik. Malaysisk stik er forskelligt fra dansk stik.  
Powerbank

### Udstyr der bliver leveret på trekket

- 2-personers ekspeditionstelte
- Alt køkkengrej, proviant til tre daglige måltider (der er rigeligt), og når det er muligt, suppleres med friske indkøb undervejs.
- Der medbringes også toilettejpapir, men tag alligevel en ekstra rulle med hjemmefra. Toilettejpapir findes ofte ikke i lufthavne og andre steder, hvor vi er vant til det i Vesten.
- Der er ikke stole/borde med på trekket, så en siddepude og evt. Thermarest-stol kan varmt anbefales.
- Du skal altså kun sørge for helt personlig bagage.

### Tænk over følgende inden du pakker

- Hold vægten på et minimum. Tag ikke mere med end højst nødvendigt.
- Begræns dine udgifter ved at checke grundigt, hvad du allerede har. Især kan skiløbere bruge meget af skiudstyret på trekking (men ikke støvlerne...).
- Tænk på, om du ikke kender nogen, der har udstyr, de måske er villige til at låne dig.
- Tøj til varmt vejr er ofte lige så vigtigt som det til koldt!
- Husk at 20 kg er absolut maksimumvægt for din indvejede rygsæk – MEN pak let, da du selv skal bære den

### Hovedbeklædning

- Hold vægten på et minimum. Tag ikke mere med end højst nødvendigt.
- Begræns dine udgifter ved at checke grundigt, hvad du allerede har. Især kan skiløbere bruge meget af skiudstyret på trekking (men ikke støvlerne...).
- Tænk på, om du ikke kender nogen, der har udstyr, de måske er villige til at låne dig.
- Tøj til varmt vejr er ofte lige så vigtigt som det til koldt!
- Husk at 20 kg er absolut maksimumvægt for din indvejede rygsæk – MEN pak let, da du selv skal bære den

### Tøj

- Skalljakke
- Goretex eller tilsvarende – til at klare vind, regn, sne
- Skalbukser
- Goretex eller tilsvarende – til at klare vind, regn, sne
- Fiber- eller tyndere dunjakke
- Fleecetrøje eller teknisk fleece
- Skjorter og T-shirts
- Gerne svedtransporterende, uden for megen bomuld. Vælg uld eller kunststof
- Vandrebukser
- Tørrer hurtigt og med smarte, brugbare detaljer – f.eks. aflynelige ben. Gerne af nylon eller polyester - evt. iblandet en smule bomuld
- Undertøj, gerne svedtransporterende eller uldent

## Til hænder/fødder:

- Vandrestøvler/alpinstøvler
- Støvlerne er det nok et af de vigtigste stykke grej på en Elbrus-bestigning. Man kan IKKE klare sig med almindelige, kraftige vandrestøvler, men skal bruge alpinstøvler. Alpinstøvler er kraftigere, varmere og stivere, hvilket er ideelt til brug med steigeisen/crampons.
- Vandre- eller sportssko
- Gode til de lette vandredage og om aftenen, når fødderne gerne vil have en pause fra vandrestøvlerne.
- Sandaler
- Handsker & vanter
- På Elbrus skal du bruge et par tynde (inder) fingerhandsker samt et par meget kraftige, varme vanter. Vælg et par meget isolerende typer med varmt fiber - vanterne kan ikke blive for varme!
- Indersokker og vandresokker
- Gode sokker er meget vigtige. Sammen med gode støvler nedsætter de risikoen for vabler betragteligt. Hav gerne vandresokker af forskellig tykkelse med. De første dage kan være meget varme, de øvrige dage ret lune, mens aftener/nætter samt toppen er ret kold.

## Sovegrej

- Sovepose (gerne let, til ca. minus 5-8° C i komforttemperatur)
- Evt. lagenpose
- Liggeunderlag (Therm-a-rest er at foretrække)

## Rygsæk etc.

- Stor rygsæk - med godt bæresystem, ca. 70-90 liter
- Du skal bære dit personlige grej på vandreturen og op til Elbrus). Den skal være både let og rigtig god
- Klatre/dagturs rygsæk (30-40 liter)
- der også kan bruges som håndbagage. Der skal være plads til regntøj, varm trøje, isøkse, hue, solcreme, snack, de tynde handsker m.m.
- Pakposer (vandtætte)
- til at holde orden (evt. gennemsigtige lynlåsposer).
- Evt. regnoverslag til din rygsæk (skal være let)

## Generelt

- Vandflaske, minimum to liter i alt
- Solcreme med meget høj faktor og læbepomade med solbeskyttelse
- Toiletsager inkl. neglesaks
- Et hurtigttørrende håndklæde er praktisk på Mount Elbrus og andre ture. Fylder også mindre
- Lommekniv
- Personligt førstehjælpsudstyr
- Kamera og masser af hukommelseskort og ekstra batterier
- Dagbog
- Læsebog
- Ørepropper til sovesalen på Diesel Hut
- Liste med kontaktadresser
- Snacks

## Leje af udstyr

Har du ikke klatreudstyr til Elbrus selv, kan det lejes hos Kipling Travel. Vi har det bedste kvalitetsudstyr til leje, feks:

- Crampon/Steigeisen: 295,- (vi skal vide om du skal bruge hurtigspænd eller indbindingscrampon samt støvlestørrelse)
- Isøkser: 275,- (vi skal vide, hvor høj du er)
- Klatresele: 250,- (du skal oplyse størrelse)
- Karabiner: 35,-

**OBS!** Seneste mulighed for at leje udstyr er 60 dage før afrejse - ellers er det udsolgt eller kan ikke nås at håndteres.

Klatreudstyr til Elbrus kan også lejes i Rusland, men vi kan af gode grunde, ikke garantere kvalitet og størrelser på ex. Støvler etc.

