



Trekkingreise Jordanien

Grosser Grabenbruch, Petra und Wadi Rum

Entdecken Sie zu Fuss in Begleitung von Beduinen und Dromedaren das wilde Bergland von Jordanien mit seinen kleinen Oasen, hängenden Gärten, Schluchten und leuchtenden Dünen. Erkunden Sie die berühmte Felsenstadt Petra. Die in den Felsen geschlagenen Gräber und Gebäude sind ein Wunderwerk der Architektur, detailreich und wunderschön verziert. Wadi Rum fasziniert mit seinen wuchtigen Felstürmen in den Farben von ockergelb über rosa bis hin zu blaugrün. Nach dem Trekking entspannen Sie schwerelos im Toten Meer. Unser Jordanien-Trekking verbindet Natur und Kultur.

1. Tag Anreise nach Jordanien

Flug nach Amman und Transfer nach Madaba. Gemeinsames Abendessen

2.-3. Tag Trekking im Dana Nationalpark

Wanderung durch das eindrückliche Naturparadies des Dana-Nationalparks. Versteckte Quellen und Flussläufe nähren eine nicht erahnte Pflanzen- und Tierwelt.

4.-5. Tag Weltwunder der Neuzeit: Felsenstadt Petra

Wanderungen auf alten Pfaden durch die UNESCO-Kulturstätte Petra. Die in den Sandstein geschlagenen Gräber und Kultstätten zählen zu Recht zu den sieben Weltwundern der Neuzeit.

6.-12. Tag Von Petra ins Regenbogental und Erkundung Wüste Wadi Rum

Während diesen Tagen übernachteten wir mehrheitlich in Zelten oder unter dem Sternenhimmel und lassen die Wüstenlandschaften auf uns wirken. Die geologischen Formationen in Gesteinen und im Sand sind eindrucklich.

13. Tag Totes Meer und Berg Nebo

Am Ende des Trekkings stehen ein Bad im Toten Meer und der Berg Nebo auf dem Programm.

14.-15. Tag Jerash, Madaba und Rückreise

Erkundungstouren durch die Städte Jerash und Madaba, welche zu den Topsehenswürdigkeiten Jordaniens zählen. Am 15. Tag Rückreise

Anforderungen

Technik: Stufe 1: Ich habe Bergwandererfahrung und bewege mich trittsicher im unwegsamen Gelände und auf Geröllfeldern. Hochtourenenerfahrung mit Steigeisen, Pickel und Seil wird nicht vorausgesetzt.

Kondition: Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 7 Stunden Gehzeit und 1200 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Leistungen inbegriffen

- Reiseleitung durch einen deutschsprachigen jordanischen Guide
- Alle Übernachtungen in 3Sternehotels, Gasthaus, Beduinencamp, Zelte
- Alle Mahlzeiten wie im Detailprogramm beschrieben.
- Sämtliche notwendigen Landtransfers in Fahrzeugen, die für die Gruppe reserviert sind (Kleinbus oder 4x4, je nach Route).
- Kosten für das Visum
- Kosten für den Zutritt zu den im Programm enthaltenen Sehenswürdigkeiten
- Campingausrüstung (Schlafzelte, Schaumstoffmatratzen) und Küchenausrüstung

Leistungen nicht inbegriffen

- Flugreise Zürich-Amman und zurück (auf Wunsch übernehmen wir die Flugbuchung für Sie. In diesem Falle verrechnen wir Ihnen eine Buchungspauschale von CHF 80.-)
- Reiserücktritt- und Assistanceversicherung (dies ist obligatorisch)
- 2 Mittagessen und 1 Abendessen, zwischen 8 und 15 Euro pro Mahlzeit.
- Persönliche Getränke und Ausgaben
- Kleingruppenzuschlag bei 3-4 Teilnehmenden CHF 350.-
- Aufpreis Einzelzimmer/Einzelzelt CHF 220.-

Reiseprogramm

1. Tag Anreise

Flug nach Amman und Transfer nach Madaba ins Hotel. Am Abend gemeinsames Abendessen.

Fahrzeit ca. 45 Minuten, Hotelübernachtung im DZ mit DU/WC

2. Tag Flusswanderung im Wadi Ibn Hamad – Dana

Entlang des Grabenbruchs reisen wir in Richtung Wadi Ibn Hamad. Falls es die Bedingungen zulassen, unternehmen wir eine zweistündige, leichte Flusswanderung, um den kleinen Canyon Wadi Ibn Hamad und seine heissen Quellen zu erkunden. Danach Fahrt zum in der grünen Lunge Jordaniens gelegenen Bergdorf Dana. Am frühen Abend erleben wir einen Sonnenuntergang mit spektakulärem Blick über den Jordanischen „Grand Canyon“, der 1200 Meter tiefer liegt. Abendessen und Übernachtung in einem stimmigen Gästehaus im Dorf.

Gehzeit ca. 1-2 Stunden / Fahrzeit ca. 4-5 Stunden / Übernachtung im Gästehaus inkl. Vollpension

3. Tag Dana Naturreiservat – Wadi Araba – Little Petra

Nach dem Frühstück wandern wir auf guten Wegen über bewachsene Terrassen in den Wadi Finan hinab. Das Dana-Reservat mit den Steilhängen des Wadi Araba aus rotem Gestein und seinen Tälern beherbergt ein Ökosystem von erstaunlicher Vielfalt: 600 Pflanzenarten werden hier gezählt, darunter Zitrusfrüchte, Datteln, Wacholder und Akazien. Am Nachmittag fahren wir zur Stätte Siq El Bared (Little Petra). Hier gewinnen wir einen ersten Eindruck von Gräbern, Kultstätten und Wohnhöhlen, die in die Felswände geschlagen sind. Anschliessend reisen wir nach Wadi Musa weiter. Hier werden wir für die folgenden drei Nächte bleiben.

Gehzeit ca. 5-6 Stunden / Aufstieg 100m / Abstieg 850m / Fahrzeit 1 Stunde / Übernachtung im Hotel inkl. Vollpension

4. Tag Rundwanderung hoch über Petra zu fantastischen Aussichtspunkten

Abseits der Hauptroute wandern wir heute über jahrhundertalte Pfade zum Ausgangspunkt Al-Deir (das Kloster). Der Ausblick über das Negev-Gebirge und zum Graben des Toten Meers ist grandios. Danach geht es hinunter in die Unterstadt mit ihrer Säulenstrasse. Nach dem Besuch der byzantinischen Kirche und der Königsgräber erklimmen wir über eine Reihe von Treppenstufen den Gipfel des Jebel Khubtha. Von diesem geniessen wir einen phänomenalen Blick auf die Schatzkammer und können sogar das weisse Mausoleum von Mount Haroun sehen. Über die Prozessionstreppe steigen wir ab und verlassen die Stadt über das Wadi Moudlima, einen alten nabatäischen Tunnel. Rückkehr zu unserem Hotel.

Gehzeit ca. 6 Stunden / Aufstieg 500m / Abstieg 500m / Übernachtung im Hotel inkl. Vollpension

5. Tag Petra, wie wir es aus Filmen und Büchern kennen

Heute betreten wir Petra durch den berühmten Siq. Dieser schmale 1200 m lange Gang mit seinen bis zu 100 Meter hohen roten Felsen ist ein Erlebnis und führt uns direkt zum Khazneh, der weltbekannten Schatzkammer der Stadt. Über eine Treppe gelangen wir zum Hohen Opferplatz von welchem wir einen spektakulären Blick über die gesamte Stätte geniessen. Die Erkundungstour von Petra geht weiter, indem wir den Weg des Wadi Farasa nehmen: Dort befinden sich der Löwenbrunnen sowie verschiedene Grabstätten. Nachmittags Kurze Fahrt durch die Berge von Ain Maisra zum Hotel.

Gehzeit ca. 6 Stunden / Aufstieg: 500m / Abstieg 500m / Übernachtung im Hotel inkl. Vollpension

6. Tag Petra, der Hinterausgang – Wadi Nemmer – Wadi Sabra Theater

Wie eine Karawane in vergangenen Zeiten verlassen wir Petra auf einem „vergessenen Pfad“ durch das Wadi Nemeer. Hier wurde vor kurzem ein sehr alter nabatäischer religiöser Komplex entdeckt. Über eine Prozessionstreppe erreichen wir das Plateau des Berges Aron, den Ausgangspunkt des Wadi Sabra. Auch hier gibt es zahlreiche Überreste von Tempeln, Brücken und vor allem ein kleines, gut erhaltenes römisches Theater, das in den Felsen eingebettet ist. Die Landschaften wechseln zwischen grossen Wadis und engen Canyons bis zum Grund des grossen Grabens. Unser Zeltplatz liegt spektakulär an einer Felsformation in der Wüste.

Gehzeit ca. 6-7 Stunden / Aufstieg 300m / Abstieg 700m / Zeltübernachtung inkl. Vollpension

7. Tag Wadi Al Qa – Wadi Sfeir

Ein weiterer Wandertag in einem Tal, in dem ab und zu Wasser fliesst. Deshalb leben hier mehrere Beduinenfamilien von Landwirtschaft und Viehzucht. Abstieg durch eine wunderschöne von Oleandern und Pappeln gesäumten Schlucht. Nach Querung eines bezaubernden Sandsteinplateaus öffnet sich die schmale Schlucht in ein von Bergen umrahmtes Wadi.

Gehzeit ca. 6-7 Stunden / Aufstieg 400m / Abstieg 600m / Zeltübernachtung inkl. Vollpension

8. Tag Regenbogental – Wadi Garandal – Reganna – Dünen – Aqaba

Frühzeitige Abfahrt, um das herrliche Labyrinth aus Sandstein zu bewundern, welches zu Recht den Spitznamen Regenbogental trägt. Die geologischen Formationen sind faszinierend. Einige haben die Form von Gegenständen oder Tieren, andere sind mit atemberaubenden Farben gekennzeichnet und verändern sich mit den Sonnenstrahlen. Über einen Pass verlassen wir das Regenbogental und gelangen so ins weisse Tal. Schliesslich erreichen wir den Grund des grossen Grabens, weit weg von den Touristenpfaden im Wadi Garandal, am Fusse der ersten Sanddünen der Regana-Wüste. Transfer und Übernachtung in Aqaba.

Gehzeit ca. 6-7 Stunden / Aufstieg 300m / Abstieg 600m / Hotelübernachtung/ Frühstück und Mittagessen inkludiert / Fahrzeit 1 Stunde

9. Tag Wadi Rum: Rocky Sentinel – Um Fruth – Zidan

Fahrt ins Wadi Rum, welches zu den schönsten Wüstengebieten des Vorderen Orients zählt. Diese monumentale Landschaft zieht uns in den Bann und wir möchten am liebsten jeden Winkel erkunden: Hier ragen gigantische Felstürme, Klippen und Felswände aus Wüstensand, durchkreuzt von breiten flachen Sandflächen. Die Felsen schimmern je nach Lichteinfall und Tageszeit in allen rötlichen, bräunlichen und gelblichen Tönen. Der bekannte Film „Lawrence von Arabien“ wurde vor dieser Kulisse gedreht. Unser heutiges Lager befindet sich am Fuss einer grossen roten Düne.

Gehzeit ca. 4-5 Stunden / Zeltübernachtung inkl. aller Mahlzeiten / Fahrzeit 2 Stunden

10. Tag Wadi Rum: Berg Al Nigr – Um Snah – Wadi Sabet

Heute Morgen entdecken wir das Naturschutzgebiet Wadi Rum. Nach dem Mittagessen wandern wir entlang der saudischen Grenze zu einem Berg namens Al Nigr, von dessen Gipfel wir einen 360-Grad-Blick auf die gesamte Wüste Wadi Rum haben. Der Kontrast zwischen dem bläulichen Wasser des Roten Meeres und den leuchtenden Schattierungen des Sandes ist beeindruckend! Am Biwak in Um Snah erwartet uns ein atemberaubendes Panorama: Wadi Sabet, ein weites Tal mit warmen Farben. Zeltlager im Wadi Sabet.

Gehzeit ca. 6-7 Stunden / Aufstieg 400m / Abstieg 300m / Zeltübernachtung inkl. alle Mahlzeiten

11. Tag Wadi Rum: Um Adaami (1830 M) – Wadi Sabbat

Fans grandioser Panoramen kommen hier voll auf ihre Kosten! Nach einer Stunde Wanderung erreichen wir den Fuss des Jebel Um Adaami und beginnen den Aufstieg zum höchsten Punkt Jordaniens. Oben angekommen, können wir das Rote Meer, Saudi-Arabien und die Negev-Wüste auf einen Blick sehen! Nach dem Mittagessen steigen wir ab und setzen unsere Wanderung im Wadi Sabbat fort. Dort werden wir eine weitere Nacht vor grossartiger Kulisse verbringen.

Gehzeit ca. 6-7 Stunden / Aufstieg 750m / Abstieg 750m / Zeltübernachtung inkl. alle Mahlzeiten

12. Tag Wadi Rum: Um Sabatah – Djebel Al Qatar

Wir brechen auf in den Nordwesten des Wadi Rum. Während der Wanderung bestaunen wir kleine Felsbögen und andere von Wind und Wasser geformte Felsformationen. Wir entdecken auch Al Qattar, einen riesigen Berg aus leuchtend rotem Sandstein. Am Nachmittag erreichen wir ein fest installiertes Beduincamp. Hier werden wir unsere letzte Nacht in der Wüste verbringen. Ein kurzer Spaziergang führt zu Aussichtsfelsen mit einem der schönsten Sonnenuntergänge im Wadi Rum.

Gehzeit ca. 6-7 Stunden / Aufstieg 250m / Abstieg 250m / Übernachtung in fest installiertem Komfortzelt inkl. alle Mahlzeiten

13. Tag Totes Meer

Heute verabschieden wir uns aus dem Wadi Rum. Mit Jeeps werden wir zum Eingangsportal gefahren. Anschliessend reisen wir zum Toten Meer (394 m unter dem Meeresspiegel) weiter. In einer Hotelanlage mit Strand verbringen wir einen kurzen Badeaufenthalt. Ja, es ist kaum zu glauben, wie sich die Auftriebskraft des salzgesättigten Wassers anfühlt. Abends fühlen wir uns wie neugeboren.

Übernachtung im Hotel / Frühstück und Abendessen inklusive / Fahrzeit 5 Stunden

14. Tag Jerash - Berg Nebo - Madaba

Heute begeben wir uns in den Norden Jordaniens, in die Stadt Jerash/Gerasa. Die Handelsstadt erfuhr unter den Römern seine Hochblüte und zählt heute zu den besterhaltenen Provinzstädten des Römischen Reiches. Die antike Stadt Gerade wird auch als Pompeii des Ostens bezeichnet da sie Jahrhunderte lang unter Sand verborgen lag und 70 Jahre für die Restaurierung benötigt wurden. Die Stadt bietet knapp 2000 Jahre alte Tempel, Stassen und Kirchen. Nach dem Mittagessen geht es zum Berg Nebo, DEM Aussichtspunkt über das Tote Meer und das Jordantal: Hier liess Moses die Hebräer mit Blick auf das Gelobte Land zurück. Von hier führt der Weg nach Madaba. Am Abend feiern wir gemeinsam die unvergesslichen Tage in Jordanien in einem stimmigen Restaurant.

Fahrzeit etwa 3.5 Stunden, Übernachtung im Hotel / Frühstück und Abendessen

15. Tag Amman - Zürich

Transfer zum Flughafen und Rückflug in die Schweiz

Wichtige Informationen

Ihre Fitness

Wir wandern während des Trekkings täglich 6-7 Stunden Gehzeit / 700 bis 1.000 Höhenmeter

Technische Anforderungen

Gute Kondition 15-18 Kilometer, Trittsicherheit erforderlich, für einige kurze Wanderpassagen ist die Hilfe der Hände erforderlich

Visum

Für die Einreise nach Jordanien ist ein Visum notwendig. Wir erhalten dies bei Einreise von unserem Reiseleiter.

Einreiseformalitäten

Original-Reisepass, mindestens 6 Monate über das Ausreisedatum gültig

Der Reisepass muss unbeschädigt und unterschrieben sein sowie mindestens 2 leere Seiten aufweisen

Impfungen

Keine Impfpflicht. Wir empfehlen Ihnen, die klassischen Impfungen betreffend des Ablaufdatums zu überprüfen: Diphtherie-Tetanus-Poliomyelitis +/-

Keuchhusten, Tuberkulose, Typhus, Hepatitis A

Äussere Einflüsse

Sollten wir auf Grund von äusseren Einflüssen wie z.B. Unwetter, schlechten Weg- oder Strassenbedingungen, Flugverzögerungen, Anordnung der Behörden oder Streiks gezwungen sein, den Reiseverlauf anzupassen, behalten wir uns dieses Recht vor.

Versicherungen

Ein ausreichender Versicherungsschutz ist Sache der Teilnehmenden. Bitte überprüfen Sie Ihren Versicherungsschutz für das betreffende Land. Wir empfehlen eine ausreichende Annullierungskosten-, Assistance- (Arzt-, Spalkkosten vor Ort udgl.), Such-/Rettungskosten- und Reiseabbruchsversicherung. Mit Ihrer Anmeldung bestätigen Sie, von uns über die Rücktrittbedingungen informiert zu sein. Allgemeine Informationen zu Leistungen von Krankenkassen und Unfallversicherungen im Ausland finden Sie unter www.ch.ch/de/krankenkasse-ausland und in den Vertragsbedingungen Ihrer Krankenkasse.

Ihre Flugreise

Sobald die minimale Teilnehmerzahl erreicht wird, werden wir Sie kontaktieren. So können Sie Ihren Flug individuell buchen. Falls Sie die Flugbuchung durch uns wünschen, übernehmen wir dies gerne für Sie gegen eine Buchungspauschale von CHF 80.- pro Person.

Fluginformationen für durch Berg+Tal gebuchte Flüge

Die detaillierten Fluginformationen erhalten Sie ca. 3-4 Wochen vor Tourbeginn mit weiteren Informationen zur Tour.

Trinkgelder

Trinkgeld ist ein fester Bestandteil der Kultur des Landes. Diese Dankesgeste, die je nach Route und Dauer variiert, ist zur Pflicht geworden. Dies wird den Teammitgliedern am Ende der Reise gegeben. Wichtig ist jedoch, dass das Trinkgeld ein Trinkgeld bleibt. Empfohlener Betrag: ca. 100 Dinar pro Teilnehmer bei einem Aufenthalt von zwei Wochen für alle Ausgaben während der Reise plus ca. 30 Euro pro Person für den Hauptguide. Diese Summe berücksichtigt den Lebensstandard, um das wirtschaftliche Gleichgewicht nicht zu destabilisieren.

Unterkünfte

In Madaba/Aqaba: Drei-Sterne-Hotel, lokale Standards, Doppelzimmerbasis, private Badezimmer, WLAN, Restaurant. In Petra (Wadi Moussa): 3 Nächte in einem Drei-Sterne-Hotel, lokaler Standard, Doppelzimmerbasis, private Badezimmer, WLAN, Restaurant. Trekking ab Petra und Wadi Rum: 5 Nächte unterwegs, Beduinenzelt/ unter Felsen geschützte Bereiche für das Essen, bequeme Matratzen vorhanden in den Schlafzelten (pro 3er Zelt 2 Personen) Im Wadi Rum: Festes Beduinencamp Lager, fixe Zelte mit Betten, grosses Esszelt mit bequemen Sitzgelegenheiten, DU/WC vorhanden. Im Bergdorf Dana: Stimmiges Gästehaus mit Doppelzimmern, Restaurant und DU/WC

Die jordanische Küche

Es lohnt sich durchaus, nur wegen des Essens nach Jordanien zu reisen. Lecker, gesund und reichlich präsentiert sich die lokale Küche. Die verschiedenen Einflüsse aus dem Orient, Afrika und dem osmanischen Reich vereinen sich zu einem für uns Mitteleuropäer kulinarischen Höhepunkt.

Mahlzeiten während des Trekkings mit Zeltübernachtung

Das Frühstück und Abendessen werden von uns begleitenden Beduinen zubereitet. Die Mahlzeiten sind reichlich und sehr abwechslungsreich. Die Mittagessen werden in Form von herzhaften Picknicks und teilweise unterwegs gekochten Mahlzeiten eingenommen.

Zum Frühstück: Arabisches ungesäuertes Brot namens Khobz, Marmelade, Tee, Kaffee, Streichkäse Hummus, gekochte Eier, Gewürzmischung, Sesam und Thymian (eine lokale Spezialität namens Zaatar), Omelett. Für das Mittagspicknick: Salat, Hummus, Gemüse (Gurken, Tomaten, Paprika, Zwiebeln), Thunfisch, hartgekochtes Ei, Käse (streichfähig), Brot, Kekse, Äpfel, Orangen, Fruchtsaft. Bei einigen Wanderungen werden traditionelle Gerichte zubereitet. Zum Abendessen: Suppe oder warme Mahlzeit mit Fleisch, Reis oder Kartoffeln und gekochtem Saisongemüse. Das Abendessen wird auch die Gelegenheit sein, typisch jordanische Gerichte wie Mansaf (Hammeleintöpfe auf einem Reisbett mit Pinienkernen und mit Joghurt beträufelt) oder die Maglouba (Reisgericht, garniert mit Kardamom und Rosinen, belegt mit Zwiebel-, Fleisch-, Thymian- oder Petersilienscheiben, die vor dem Servieren umgedreht werden). Getränke: Während der Wanderung werden heisse Getränke bereitgestellt (Tee und Kardamomkaffee. Trinkwasser wird von unserem Team vor Ort bereitgestellt, sodass Sie Ihre Flaschen jeden Tag nach Belieben füllen können, Tee

Mahlzeiten während den Reise- und Besuchstagen unterwegs

Morgenessen in der Unterkunft, Abendessen ebenso oder in einem lokalen Restaurant. Für die Mittagessen wird unterwegs spontan ein Restaurant ausgewählt.

Gepäcktransport

Während den Wandertagen Tagesrucksack mit notwendigen persönlichen Gegenständen wie Trinkflasche, Kamera, Kleidung. Das restliche Gepäck ist jeweils am Abend im Hotel oder Zelt erhältlich.

Währungen

Die Währung ist der jordanische Dinar (JOD).

Wechselkurs (Richtkurs): 1 EUR = 0,75 JOD

Wir empfehlen Ihnen, Euro in bar mitzubringen.

Kartenzahlungen in Madaba, Petra und Aqaba möglich. Geldautomaten vorhanden.

Der jordanische Dinar kann nur vor Ort gewechselt werden und darf nicht ausgeführt werden. Die Wechselstube am Flughafen sammelt Ihre jordanischen Dinar, um sie in Euro umzutauschen.

Hinweis

Seien Sie vorsichtig, die jordanische Polizei kann Ihnen Probleme bereiten, wenn Sie ein Fernglas mitbringen!

Anmeldebedingungen

Die Anzahlung für diese Reise beträgt CHF 1'000.00. Die begrenzte Anzahl der Plätze wird in Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen vergeben. Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Ihren Namen gemäss Pass plus Ihr Geburtsdatum mit. Diese Angaben benötigen wir für die Flugbuchung.

Rücktrittsbedingungen

Die speziellen Rücktrittsbedingungen für diese Reise lauten wie folgt:

Abmeldung bis 120 Tage vor Reisebeginn: 20% des Reisepreises*

Abmeldung bis 60 Tage vor Reisebeginn: 40% des Reisepreises

Abmeldung 59 bis 0 Tage vor Reisebeginn: 100% des Reisepreises

*Bei einer Annullation werden Ihnen in jedem Fall die entstandenen Flugkosten verrechnet.

Wir empfehlen Ihnen, eine Reiserücktrittsversicherung (Jahresversicherung) abzuschliessen.

Durchführung

Wir senden Ihnen eine Woche vor Reisebeginn einen Direktlink an Ihre Mailadresse mit den aktuellsten Informationen zu Ihrer bevorstehenden Reise. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Ausrüstung

Bekleidung Trekking

- Gore Tex Jacke und Wetterschutzhose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Buff als Staub- oder Kälteschutz
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Ersatzunterwäsche
- Trekkinghose
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Sandalen, Wasser- oder Surfschuhe für die Wanderung im Wasser am 2. Tag.

Bekleidung Reise

- Leichte lange Reise- oder Trekkinghosen
- Hemden, Blusen oder leichte Pullover
- T-Shirts
- Kurze Hosen

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (20-30l)
- Sonnenbrille
- Taschenmesser
- Kleiner Regenschirm/Knirps
- Sonnenhut
- LED Stirnlampe mit neuen Batterien und Ersatzbatterien
- Heftpflaster und Compeed
- Fotoapparat mit Ersatzbatterien und Ladestation
- Geldgürtel oder flache Bauchtasche (für Ihre Ausweispapiere, Geld und Versicherungszertifikate)
- Wasseraufbereitung (z.B. Micropur forte, Steripen oder kleine Filter)
- Sonnen- und Lippencreme (Faktor 50+)
- Powerbank
- Feuerzeug
- Weltreiseadapter
- 1 Trinkflasche mindestens 1.5 Liter

Technische Ausrüstung

- hohe Wander- oder Bergschuhe (über die Knöchel reichend) mit fester Sohle
- Verstellbare Trekkingstöcke
- Regenhülle für Rucksack
- Staub- und Wasserabweisende Reisetasche mit oder ohne Rollen
- Wasserdichter Kleiderbeutel für in die Packtasche

Reisedokumente und Geld

- Kreditkarte
- Kopien von Pass und Flugticket
- Reisepass
- Flugticket/E-Ticket
- Nachweis Ihrer Krankenkasse in Englisch
- 300-400 Euro in Bargeld

Hygiene und Gesundheit

- Toilettenartikel im Kleinformat
- 1 Rolle WC-Papier
- Taschentücher
- Elektrolytpulver gleicht Salz- und Wasserverlust bei Durchfallerkrankungen aus
- kleine persönliche Reiseapotheke
- Microfasertuch
- Feuchttücher
- Zusammenklappbares Wasserbecken für Ihre tägliche Wäsche

Übernachtung im Hotel und Zelt

- Ohrenpfropfen
- Badebekleidung
- Schlafsack: Komfortbereich -5°C
- Ein Fixleintuch (80cm x 190cm) als Bezug für die Schaumstoff-Schlafmatte
- Aufblasbares Kopfkissen
- Bequeme Schuhe für am Abend im Hotel oder im Camp
- Ein Trainingsanzug oder ähnliches für die Nacht

Kontakt

Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne!

Telefon: +41 41 450 44 25

E-Mail: info@bergundtal.ch

Homepage: <https://www.bergundtal.ch/>

Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag

09:00–12:00 Uhr

13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

Allgemeine Geschäftsbedingungen: <https://www.bergundtal.ch/AGB>

Druckdatum: 02.04.2025 08:37:51