



## **Ausrüstungspackliste:**

### **Bekleidung:**

- Trekkinghosen, schnelltrocknend, 2 Paar
- T-Shirts, schnelltrocknend, 3 – 4 Paar
- Langärmliges Shirt (gegen Moskitos am Abend)
- Fleecejacke
- Regenjacke (Wind- und Wasserdicht)
- Regenhose
- Unterwäsche, Socken
- Feste Trekkingschuhe, knöchelhoch
- Sandalen

### **Camping & Trekking**

- Großer Rucksack (keine Koffer!!!) mit wasserdichter Schutzhülle
- Tagesrucksack mit Schutzhülle um Jacken, Getränke, die Kamera etc. zu transportieren
- Trinkflasche
- Sonnenhut
- Stirnlampe mit Ersatzbatterien (2 Sets)
- Kleine Ersatztaschenlampe, falls die Stirnlampe verloren geht
- Leichtes Zelt
- Schlafsack für Temperaturen um 10 °C
- Isomatte
- Campinggeschirr (Teller, Tasse, Löffel, Gabel)
- Taschenmesser
- Muesliriegel (z.B. Powerbar) und Snacks fuer die Wanderungen



## **Vulkan**

- Kletterhelm
- Gasmaske: Wer keine hat, kann eine von uns ausleihen
- Wer will: Wanderstöcke

## **Persönliches:**

- Kleines Handtuch
- Badesachen (wer will, kann schnorcheln gehen)
- Toilettenartikel
- Kleines Erste-Hilfe-Set und individuell notwendige Medikamente
- Denkt an Malariaprophylaxe (empfohlen werden: Malarone oder Doxycycline)
- Mückenabwehrmittel (für Tropen – mit DEED)
- Antibakterielles Handwaschgel (z.B. Sagrotan)
- Feuchte Tücher
- 2 Rollen Toilettenpapier
- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Moskitonetz

## **Fotoausrüstung:**

- Kamera
- UV-Filter fürs Objektiv, um Kratzer zu vermeiden
- Genügend Speicherkarten
- Genügend Ersatzbatterien (auf Ambrym sind wir für 5 Tage ohne Strom)
- Ladegerät
- Reinigungsset
- Wasserdichte Beutel (ziplock bags), um die Kamera vor Wasser und Staub zu schützen
- Stativ und wer hat, eine Fernbedienung



### **Reisedokumente:**

- Reisepass, der noch mindestens 6 Monate gültig ist
- Visum für Australien (im Internet: <http://www.eta.immi.gov.au> )
- Visum für Papua: Muss bei der Ankunft für 50 AUD erworben werden. Ihr müsst Australische Dollar dabei haben
- Kopien aller wichtigen Dokumente, bewahrt diese nicht zusammen mit den Originalen auf

**Jeder muss selbst dafür sorgen, alle notwendigen Dokumente bei sich zu haben!**

### **Gewicht des Gepäcks:**

Ihr müsst Euren **Tagesrucksack** (nicht das ganze Gepäck, dafür haben wir Träger!) bei drei oder vier Wanderungen (max. 3 Stunden) selbst tragen. Gegen Entgelt könnt ihr vor Ort Träger für Euren Tagesrucksack (max. 15kg pro Träger) mieten, die sich meist über Beschäftigung freuen.

### **Konditionelle Anforderungen:**

Ihr solltet fit genug sein, um etwa dreistündige Wanderungen mit Tagesrucksack (für Verpflegung und Fotoausrüstung) bewältigen zu können. Wir werden 3 – 4 Wanderungen dieser Größenordnung machen. Stellt euch auf das feuchte und warme Klima ein. Bitte teilt uns umgehend mit, wenn Vorerkrankungen vorliegen, die für die Expedition relevant sind.

### **Medizinische Empfehlungen:**

Lasst Euch vorher bitte durchchecken und redet mit einem Arzt, der sich mit Tropenmedizin auskennt, welche Medikamente ihr mitnehmen müsst. Stellt sicher, dass alle relevanten Impfungen aufgefrischt sind. In Papua Neuguinea gibt es Malaria. Deshalb empfehlen wir euch, euch durch die Einnahme einer Malariaprophylaxe wie Malarone oder Doxycycline zu schützen.

**Ihr seid für die medizinische Vorsorge selbst verantwortlich!**

### **Links:**

- [World Health Organization](#)
- [Tropeninstitut](#)
- [Auswärtiges Amt](#)