

Nachfolgend finden Sie unsere empfohlene Ausrüstungsliste. Um Ihr Abenteuer in vollen Zügen genießen zu können, ist eine komfortable und gute Ausrüstung von wesentlicher Bedeutung. Seien Sie also ruhig ein wenig wählerisch, was Sie auf unsere Reise mitbringen, stellen Sie sicher, dass es passt und der Aufgabe in der Arktis gewachsen ist.

Wir empfehlen Ihnen Ihre wichtigste Ausrüstung als Kabinengepäck einzuplanen bzw. entsprechende Kleidung/Schuhe am Körper zu tragen, wie z.B. Schuhe, Hosen, Fleece, warme und wasserdichte Jacke, Funktionsunterwäsche, Mütze, Handschuhe und alles andere was Sie als wichtig erachten. So sind Sie bei Verlust Ihres eingepackten Gepäcks ausreichend ausgerüstet um Ihre Tour beginnen zu können.

## Kleidung & Schuhwerk

### **Funktionsunterwäsche mit langen Ärmeln und Beinen, keine Baumwolle (unterste Bekleidungsschicht)**

Unterste Bekleidungsschichten sind so konzipiert, Sie warm zu halten, obwohl sie zum Beispiel durch Schwitzen nass sein könnten. Aus diesem Grund darf es sich nicht um Baumwolle handeln, sondern sollten stattdessen aus leichter Wolle (z.B. Merinowolle) oder einer anderen schnell trocknenden Faser sein. Basisschichten halten Sie auch warm, wenn zum Beispiel Ihre äußeren Schichten nicht völlig wind- oder wasserdicht sind. Wir möchten dabei betonen, dass man mehrere Schichten zur Auswahl oder zur Kombination miteinander verwenden sollte. Dies ist besser um die Körpertemperatur zu regulieren, als nur eine oder zwei sehr warme Schichten zu haben, die Ihnen schnell unangenehm werden können. Es wird daher empfohlen, eine Auswahl an langärmeliger Funktionsunterwäsche als unterste Bekleidungsschicht mitzubringen.

### **Wollpullover, Fleece- oder PrimaLoft- Jacke (mittlere Bekleidungsschicht)**

Eine Wollschicht ist für zusätzliche Wärme immer praktisch. Es sollte nicht Ihr dickster Winterpullover sein, aber es sollte etwas sein, bei dem Sie das Gefühl haben, das es Sie warmhalten könnte und gemütlich wäre, wenn Sie ein anhaltendes Kältegefühl hätten. Es wird empfohlen, einen leichten bis mittelschweren Wollpullover oder eine Fleece- oder PrimaLoft-Jacke mitzubringen.

### **Allzweck- oder Fleece-Hosen (mittlere Bekleidungsschicht)**

Wenn Sie sich an Land befinden und es trocken ist, wird die wasserdichte Hosenschicht nicht notwendig sein, aber Sie werden mehr als eine Basisschicht benötigen. Es wird empfohlen, ein Paar leichte, lose atmungsaktive Hosen als eine Art Allzweckhose mitzubringen. Fleecehosen können nützlich sein, wenn Ihnen schnell kalt wird. Von Jeans wird dringend abgeraten.

### **atmungsaktive Jacke (äußere Bekleidungsschicht)**

Wenn Sie sich an Land befinden und es trocken ist, wird die wasserdichte Jackenschicht nicht notwendig sein, aber Sie werden mehr als eine Basisschicht benötigen. Es wird empfohlen, eine leichte Jacke oder sogar eine Weste mitzubringen. Leichte bauschige Jacken eignen sich gut.

### **wind- und wasserdichte Jacke und Hose (äußere Bekleidungsschicht)**

Ob zum Schutz vor Wind und Regen an Land oder vor der Gischt auf Bootstouren; Sich mit guten äußeren Schichten gegen die Elemente zu schützen, macht den Unterschied zwischen einer angenehmen und einer unangenehmen Reise. Wir empfehlen, sowohl eine winddichte/wasserdichte Jacke und eine wind-/wasserdichte Hose mitzunehmen. Gore-Tex ist ein führender Hersteller von atmungsaktiver und wasserdichter Kleidung.

### **warme Mütze, leichte (Fleece)-Handschuhe**

Ein bisschen Wind, ein kolossaler Eisberg in der Nähe und selbst Nebel können die Lufttemperatur mehr beeinflussen, als Sie sich vorstellen können, und dies kann sich insbesondere bei Bootstouren noch verstärken. Auch wenn es Sommer ist und kein einziges Fleckchen Schnee zu finden ist, müssen Sie einige winterliche Sachen einpacken. Es wird empfohlen, eine warme Mütze und Handschuhe mitzubringen. Als leichte Version bietet es sich auch an, einen Buff um den Kopf oder um den Hals zu tragen.

### **Wanderschuhe**

Die richtigen Schuhe sind in Grönland außerordentlich wichtig. Sie müssen bequem, warm, und dennoch fest sein, da sie Ihre Füße schützen und Sie den ganzen Tag lang darin laufen. Packen Sie also Ihre Lieblings-Wanderschuhe ein. Gute Wanderschuhe haben die folgenden Eigenschaften: - wasserdicht oder wasserfest - stützen die Knöchel ausreichend gut - mit Anti-Rutsch-Sohle / mit gutem Profil. (geeignet für sowohl felsiges Gelände als auch rutschige Bootsdecks) - bereits eingetragen/eingelaufen. (Es ist nicht ideal, nagelneue und ungetragene Schuhe an zu haben und sich am ersten Tag Blasen zu holen.)

### **Bequeme Schuhe**

Bringen Sie neben den Wanderschuhen auch ein paar bequeme Schuhe mit, welche Ihnen auch einen guten Halt bieten. Diese können Sie bei der Ankunft und Abreise tragen oder für das Entspannen in den Abendstunden.

## **Weitere Ausrüstung**

### **60-80 Liter Rucksack oder Reisetasche**

Es wird empfohlen, Ihre Ausrüstung in einen Rucksack zu packen. Viele der Siedlungen haben einfache Schotterpisten oder steinige Wege, die zum Ziehen von Gepäck mit Rädern nicht gerade ideal sind. Wenn Sie keinen Rucksack besitzen, ziehen Sie eine weiche Reisetasche einem Hartschalenkoffer vor

### **20-30 Liter Tagesrucksack**

Für maximale Vielseitigkeit ist es empfehlenswert, einen kleinen Tagesrucksack mitzubringen, der ein bis zwei zusätzliche Kleidungsschichten und eine Wasserflasche bei kurzen Ausflügen aufnehmen kann.

### **Sonnencreme, Lippenpflege, Sonnenbrille**

Im Sommer scheint in Grönland die Mitternachtssonne 24 Stunden am Tag. Verbinden Sie dieses nie endende Tageslicht mit der Tatsache, dass es keine Bäume für Schatten gibt - sowie mit der Reflexion vom Wasser und den naheliegenden Eisbergen - und Sie haben die Gleichung für eine heftige Sonneneinstrahlung. Es wird empfohlen, Sonnencreme, Lippenbalsam und Sonnenbrille, sowie sofern Sie möchten, ein Basecap mitzubringen.

### **Insektenspray, Kopfnetz & After-Bite-Spray**

Der arktische Sommer ist berüchtigt für kleine lästigen Insekten wie Mücken und Fliegen. Das ist auf dem Wasser unterwegs kein Problem, aber sobald Sie auf Land treffen, werden sie Sie sicher bald genug finden. Nur eine leichte Brise wird eine natürliche Erholung von den Insekten bieten. Es wird empfohlen, Insektizide, After-Bite-Sprays und ein Moskitokopfnetz mitzubringen. Nicht sehr modern, aber auch so funktional. Es sollte möglich sein, Insektizide abhängig von der Produktverfügbarkeit im lokalen Pisisfik Lebensmittelgeschäft zu kaufen, allerdings handelt es sich hierbei um die starke, chemische, nicht umweltfreundliche Version. Wenn Sie ein naturbasiertes Produkt bevorzugen, sollten Sie Ihr eigenes mitbringen.

### **Wasserflasche**

Versorgen Sie sich mit ausreichend Wasser während Ihrer Aktivitäten in Grönland. Es wird empfohlen, Ihre eigene Wasserflasche oder Thermosflasche mitzubringen. Diese können Sie mit frischem, sauberem Grönlandwasser füllen, entweder an günstig gelegenen Bächen und Wasserfällen - oder am Wasserhahn, wenn Sie wie der Rest der Welt sein wollen.

## **Kamera/Fernglas**

Es gibt mehr als 10.000 tolle Dinge zu sehen und zu erinnern - Eisberge, die aus jedem Blickwinkel anders aussehen, kleine bunte Häuser am Rand der Hügel, majestätische Wale, Vogelschwärme und natürlich die süßen Schlittenhunde. Wir empfehlen Ihnen daher eine Kamera mitzunehmen, sei es ein Smartphone oder eine Spiegelreflexkamera

Bitte [kontaktieren Sie uns \(https://greenlandtours.com/de/kontakt/\)](https://greenlandtours.com/de/kontakt/) falls Sie weitere Fragen zur Ausrüstung haben.

[Quelle \(https://greenlandtours.com/de/ausruestungsliste/#c1681560\)](https://greenlandtours.com/de/ausruestungsliste/#c1681560)  
©Greenland Tours – greenlandtours.com, 07. Dezember 2022