

Packliste Wintercamp Idre

Mit dieser Packliste möchten wir Euch die Vorbereitung Eurer Reise ins Wintercamp Idre erleichtern. Falls Ihr denkt, dass auf der Liste etwas fehlt, bitten wir Euch darum, uns darüber in Kenntnis zu setzen.

Bei der Wahl der Ausrüstung sollte man nach dem Zwiebelprinzip vorgehen und auf Qualität achten. Mehrere dünne Kleidungsschichten sind besser als eine dicke. Tagsüber kann es durch die Sonneneinstrahlung sehr warm werden, aber auch bei Sonnenschein sind tiefe Temperaturen möglich. Die tiefsten Temperaturen werden in der Regel nachts und in den frühen Morgenstunden vor Sonnenaufgang erreicht. Die Außenbekleidung sollte winddicht sein. Selbst bei warmem Wetter kann man durch den Wind auf dem Fjäll (baumlose Hochebene) schnell auskühlen (Windchill-Faktor). Baumwollbekleidung ist für den skandinavischen Winter nicht zu empfehlen (Ausnahme: Spezialbekleidung von z.B. Klättermusen oder Norrøna). Bitte orientiere Dich bei der Reisevorbereitung an dieser Packliste. Sie ist das Produkt vieler Jahre Erfahrung im skandinavischen Winter. Für unsere Mehrtagestouren wird diese Basis-Packliste für das Wintercamp Idre um einige Spezialgegenstände ergänzt.

Allgemeine Ausrüstung

- * Gültiger Personalausweis od. Reisepass. Nicht vergessen!
 - * EC- und/oder Kreditkarte mit Pin
 - * Krankenversicherungskarte
 - * Kleines Kissen, Schlafsack oder Decke. Nicht unbedingt erforderlich, aber nützlich für die Busanreise, da es im Fahrzeug im Winter auch mal kühl sein kann.
 - * Rucksack oder Koffer, bzw. große Reisetasche
 - * Daypack/Tagesrucksack
 - * Brotdose und Thermoskanne (min. 0,5 Liter)
 - * Taschenlampe oder Stirnlampe
 - * Allzwecktaschenmesser
 - * Sonnenbrille mit gutem UV-Schutz
 - * Feuerzeug, Streichhölzer
 - * Raucher sollten an Tabakvorrat denken
 - * Schreibzeug, Bücher, Spiele, Musik
 - * Nähzeug
 - * Geld (Schwedische Kronen). Auf den Fähren und im Camp kann auch in Euro bezahlt werden.
 - * Kamera, Fotozubehör, Speicherkarten, Filme, Ladegeräte.
- Achtung: Batterien und Akkus verlieren bei extremer Kälte schnell ihre Leistung. Wir empfehlen Lithium-Ion-Batterien, die sich auch bei tiefen Temperaturen kaum entladen.
- * Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Kekse als Energiequelle.
- Kann man aber auch in Idre kaufen.

Bekleidung

- * Trekking-, Winter-, Touren- oder Softshellhosen (keine Jeans)
- * Hemden und T-Shirts
- * Fleecejacken und Pullover
- * Lange und kurze Funktionsunterwäsche (Kunstfaser oder Merinowolle)
- * Unterwäsche, Socken, Strümpfe
- * Badebekleidung. Auf dem Idre Fjäll gibt es ein Hallenbad, das optional besucht werden kann.
- * Wanderstiefel. Hohe, wasserdichte Schuhe für Schneeschuhtouren, Wanderungen und Spaziergänge. Auf Funktionsfähigkeit prüfen. Schuhe gegen Nässe gut wachsen/imprägnieren.
- * Bei Schuhen auf rutschfeste Sohlen achten. In der Winterregion Dalarna ist der Einsatz von Streusalz nicht üblich. Mit Eisbildung und Rutschgefahr ist zu rechnen. Schuhspikes schaffen Abhilfe.
- * Gamaschen/Stulpen verhindern das Eindringen von Schnee in die Ski- und Wanderschuhe
- * Regenjacke oder Softshell
- * Hausschuhe oder dicke Socken. In Schweden zieht man traditionell die Schuhe an der Haustür aus. Das gilt auch für die Hütten und das Haupthaus.

- * Fingerhandschuhe. Dicke Fäustlinge zum Drüberziehen. Fäustlinge bieten der Kälte weniger Angriffsfläche und sind deshalb wärmer.
- * Schal oder Buff
- * Wintermütze, Stirnband, eventuell Sturmhaube
- * Skihose und Skijacke
- * Brillenträger sollten eine Ersatzbrille und ein Brillenband, zum Sichern beim Skifahren, mitnehmen. Gut geeignet sind Neoprenbänder für Wassersportler, die man beim Optiker erwerben kann.

Winterausrüstung

- * Alpinski/Snowboard, falls man Abfahrt laufen möchte
- * Langlaufski. Für die Loipen handelsübliche Langlaufski (45-55 mm). Außerhalb der Loipen empfehlen sich breitere Ski (ca. 60-75 mm) mit Stahlkanten (Back-Country-Ski).
- * Schneeschuhe
- * Skistöcke
- * Skischuhe. Langlaufschuhe sollten eingelaufen sein, um Blasenbildung zu vermeiden.
- * Skibrille
- * Skihelm
- * Kleines, isolierendes Sitzkissen für Pausen
- * Skisocken

Die örtlichen Sportgeschäfte in Idre und auf dem Idrefjäll sind gut mit Leihaustrüstungen (Alpin und Langlauf) sortiert. Dort kann man auch Bekleidung kaufen.

Körperpflege

- * Seife, Shampoo, Körperlotion
- * Zahnbürste und -creme
- * Fön, Kamm oder Bürste
- * Rasierzeug
- * Sonnen- und Lippschutzmittel (möglichst wasserfrei, wegen Eiskristallbildung auf der Haut). Bei ganz grimmigen Temperaturen empfehlen wir wasserfreie Hautcremes oder Vaseline als Kälteschutz für das Gesicht.
- * Geschlechtsspezifische Dinge, wie Tampons
- * Papiertaschentücher
- * Ohropax (falls man Probleme mit schnarchenden Mitreisenden hat)
- * Schmerzmittel und persönliche Medikamente

Die Bettwäsche und ein Handtuch pro Person pro Woche sind im Preis inkludiert. Weitere Handtücher und Saunatücher bitte ggf. mitbringen oder vor Ort mieten (60 SEK oder 7 Euro).