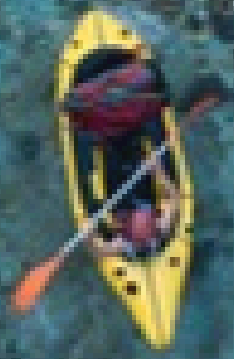
PACKLISTE

THE PACKRAFT TRAIL

Slowenien



CHECKLISTE

VON UNS ZUR VERFÜGUNG GESTELLTES MATERIAL:

- [x] Packraft, Paddel, aufblasbare Tasche, Spritzschutz, Helm und Schwimmweste
- [x] Eine kleine wasserdichte Tasche (für Smartphone, Schlüssel, Geldbörse usw.)
- [x] Eine Reisetasche (100L) für dein Packraft Equipment

CAMPINGAUSRÜSTUNG

- Robustes und leichtes 3-Jahreszeiten-Zelt*
  Warmer Schlafsack (Komforttemperatur 10 °C oder darunter)*
- Schlafsack Liner (wird für die Nacht in der Berghütte benötigt)*
- Aufblasbare Trekkingmatratze*
  Aufblasbares Kissen

RUCKSACK / REISETASCHE

- großen Rucksack oder eine Duffeltasche (ca. 60–90 Liter)
- Wanderrucksack (25-35L)
- Regenschutz für den Rucksack
- Packing Cubes für leichtes umpacken

KLEIDUNG

- T-Shirts
- Pullover/Fleece
- Daunenjacke
- Regenjacke (Hardshell)
- Wanderhose und schnell trocknende Shorts
- Regenhose (mit einer Wassersäule von mindestens 15.000 mm)
- Unterwäsche
- Wanderschuhe
- Wasserschuhe (alte Sneakers)
- Badelatschen
- Socken
- Badeanzug

ZUSÄTZLICHES MATERIAL

- Hut oder Kappe für die Sonne
- Sonnenbrille
- Besteck (Messer, Gabel, Löffel)
- Stirnlampe
- wiederverwendbarer Becher oder Tasse
- Camelbag/2-Liter-Flaschen (oder 2x 1 Liter)
- Wanderstöcke*
- Powerbank
- wasserdichte Tasche (10–15 Liter)
- Segel- oder Mountainbike-Handschuhe

HYGIENE

- Kulturbeutel (Basisartikel so klein und leicht wie möglich)
- Lippenbalsam
- Händedesinfektionsmittel
- Mikrofaserhandtuch
- Sonnencreme
- Medikamente
- Toilettenpapier (1 Rolle)
- Erste-Hilfe-Set (mit Pflastern, Sporttape und Überlebensdecke)
- Shampoo & Duschgel (klein)
- Zahnbürste und Zahnpasta max. 100 bis 150 ml (biologisch abbaubar)
- HADEX-Wasserreinigungstropfen oder -tabletten (Auf den Camps ist immer Trinkwasser verfügbar)
- Blasenpflaster
- Insektenspray
- Zeckenpinzette

DAS KLEINE EXTRA

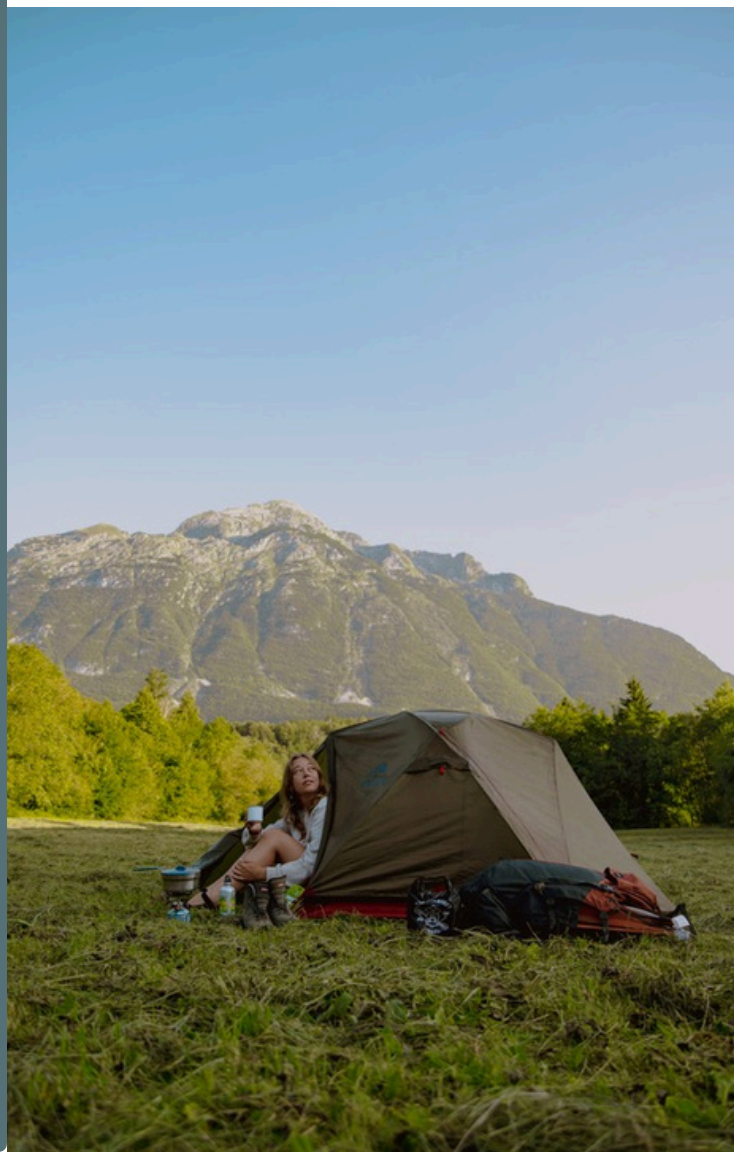
- Kamera/Gopro
- Ein bisschen Bargeld,
- Traubenzucker (zum Beispiel Dextro Energy) und Elektrolyt für dein Wasser. (optional, aber empfohlen)
- Gesunde Snacks für unterwegs sind zum Beispiel Müsliriegel, Trockenfrüchte und Nüsse, die reich an Eiweiß und Kohlenhydraten sind.

* In unseren verschiedenen Optionen buchbar

UNSERE TIPPS FÜR DIE RICHTIGE AUSRÜSTUNG

CAMPING-AUSRÜSTUNG

Eine hochwertige Campingausrüstung ist selbstverständlich unerlässlich. Achte darauf, dass die Ausrüstung, die du mitnimmst, den unten aufgeführten Anforderungen entspricht. Alternativ kannst du dein Campingmaterial ganz bequem über uns mieten, um sicherzustellen, dass du bestens ausgestattet bist.



Campingmaterial

Für den Packraft Trail brauchst du folgende Ausrüstung:

- Leichtes, robustes und kompaktes 3
- Jahreszeiten-Zelt* Warmer Schlafsack (Komforttemperatur von 10 °C oder weniger)
- Aufblasbare Isomatte* Schlafsack-Inlett*
- Aufblasbares Kissen

Achtung: Bitte keine 2-Sekunden-Zelte (Wurfzelte) mitbringen, da diese zu groə für unseren Gepäcktransport sind.

*In der Option „Campingausrüstung“ enthalten

GEPÄCK

Während dieser Reise ist der Gepäcktransport vollständig organisiert, damit du das Abenteuer in vollen Zügen genießen kannst. Während der Wanderungen trägst du nur das, was du an diesem Tag benötigst.

Auch die Packraft-Ausrüstung musst du fast nie selbst tragen. Nur am ersten Wandertag nimmst du diese von dem ersten Campingplatz zum See mit. An allen anderen Tagen sorgen unsere Guides dafür, dass die Packraft-Ausrüstung zu den richtigen Start- und Endpunkten gebracht wird.

m gut vorbereitet in die Reise zu starten, bitten wir dich, Folgendes mitzunehmen:

1. Einen Tagesrucksack (ca. 25–35 Liter)
Den verwendest du während der Wanderungen. Darin packst du Essen, Trinken, zusätzliche Kleidung und andere persönliche Dinge für unterwegs.

Tipp: Packing Cubes sind ideal, um deine Kleidung und persönlichen Gegenstände übersichtlich zu packen.

2. Einen großen Rucksack oder eine Duffeltasche (ca. 60–90 Liter)
Darin verstaust du dein restliches Gepäck, wie Kleidung, Toilettenartikel, Schlafutensilien und andere persönliche Dinge. Diese Tasche wird während der Reise von unseren Guides zum nächsten Campingplatz transportiert, sodass du sie nicht selbst tragen musst.

Bei deiner Ankunft erhältst du von uns:

3. Eine Duffeltasche für deine Packraft-Ausrüstung
Unsere Guides transportieren diese Tasche zwischen den verschiedenen Standorten. Außer am ersten Wandertag, an dem du die Packraft-Ausrüstung selbst von dem Campingplatz zum See mitnimmst. Dies ist ein kurzer Spaziergang, und du kannst dafür deine Duffeltasche verwenden.

WICHTIG

Der Stauraum für Gepäck ist begrenzt. Daher sind harte Koffer und große 2-Sekunden-Zelte während dieser Reise nicht erlaubt.

DIE FÜßE PFLEGEN

Du wirst schnell feststellen, dass ein passendes Paar Schuhe einen erheblichen Unterschied macht und deine Erfahrung deutlich angenehmer gestaltet. Es ist wichtig, auf deine Füße zu achten, denn sie tragen dich ein Leben lang.

Da unsere Abenteuer Wandern und Packrafting kombinieren, ist die Wahl der richtigen Schuhe unerlässlich. Zu den wesentlichen Eigenschaften eines guten Wanderschuhs gehören:

- Stabilität
- Wärmeisolierung
- Atmungsaktivität
- Komfort

Vergiss nicht, deine Wasserschuhe einzupacken!

Für die Raftingabschnitte sind Wasserschuhe unerlässlich. Sie schützen deine Füße vor potenziellen Gefahren und gewährleisten deine Sicherheit. Hier sind zwei Optionen, die wir empfehlen:

Alte Sneaker:
Eine einfache und kostengünstige Lösung, die guten Halt bietet und deine Füße effektiv vor Steinen und Felsen schützt. Ihr Nachteil ist, dass sie länger zum Trocknen brauchen.

Segelschuhe:
Die ideale Wahl! Sie bieten den gleichen Halt und Schutz wie Sneakers, trocknen jedoch deutlich schneller.

Wir raten von kleinen Wasserschuhen von Decathlon ab, da ihre dünne Sohle das Gehen auf steinigen Oberflächen unangenehm macht.

SCHON GEWUSST ?

Mit guten Wanderschuhen kannst du bis zu 1500 km laufen, bevor du sie ersetzen musst. Natürlich hängt dies auch davon ab, wie du sie nutzt und wie gut du sie pflegst.

6 TIPPS, UM BLASEN ZU VERMEIDEN

1. Laufe mehrere Male mit deinen Wanderschuhen, bevor du losgehst.
2. Nutze zwei Wochen vor der Abreise eine spezielle Fußcreme oder ein Spray, um die Haut deiner Füße zu stärken.
3. Wähle ein Paar hochwertige Wandersocken in der richtigen Größe.
4. Trage vor dem Gehen Talkumpuder auf, um deine Füße möglichst lange trocken zu halten.
5. Wechsle während der Wanderung die Socken, um deine Füße trocken zu halten und das Risiko von Blasen zu verringern. Du kannst auch erneut Talkumpuder verwenden.
6. Schütze empfindliche Stellen mit Sporttape.

Bist du anfällig für Blasen? Dann vergiss nicht, Blasenpflaser mitzunehmen!

GUTE WANDERSOCKEN HELFEN, BLASEN ZU VERMEIDEN!

Gute Wandersocken (eventuell aus Merinowolle) mit einer nahtlosen Zehenpartie bieten optimalen Komfort. Die Socken sollten die folgenden Anforderungen bestmöglich erfüllen:

- Hält die Füße trocken; Wärme und Feuchtigkeit wird abgeleitet.
- Gute Dämpfung und eine optimale Blutzirkulation in den Waden.

WICHTIG!

Wähle keine zu schweren Schuhe. Du musst sie an den Füßen oder im Rucksack tragen. Es ist besser, stabile und leichte Schuhe mit atmungsaktiven Eigenschaften mitzunehmen.

T-SHIRTS UND JACKEN

Beim Thema Kleidung gilt: Warm hält vor allem eingeschlossene Luft. Sie sorgt für die nötige Isolation. Eine gute Daunenjacke besteht deshalb oft zu einem großen Teil aus Luft.

Am besten kleidest du dich im Zwiebellook. So kannst du je nach Wetter oder Aktivität schnell zusätzliche Schichten anziehen oder wieder ausziehen. Wichtig ist dabei, dass Feuchtigkeit nach außen transportiert wird.

Denn Wasser leitet Wärme sehr gut und wirkt wie eine Brücke zwischen deinem Körper und der Umgebung.

Wird deine unterste Schicht durch Schweiß nass, kühlt dein Körper deutlich schneller aus. Außerdem fühlt sich nasse Kleidung viel kälter an, vor allem in Kombination mit Wind oder fehlender Sonne.

Auch wenn wir uns alle einen durchgehend sonnigen Sommer wünschen, können wir das Wetter leider nicht beeinflussen. Stell dich daher darauf ein, sowohl warme und sonnige Tage zu genießen als auch auf regnerische und kühlere Bedingungen vorbereitet zu sein.

DIE BASISSCHICHT

ZIEL: Schweiß ableiten und vor Sonne schützen.

- T-Shirts, optional auch mit langen Ärmeln als Sonnenschutz. Wenn du leicht packen möchtest, empfehlen wir Modelle aus Merinowolle. Diese kannst du problemlos mehrere Tage tragen, ohne dass unangenehme Gerüche entstehen.

DIE ZWISCHENLAGE

ZIEL: Wärme spenden und gleichzeitig atmungsaktiv bleiben, damit Feuchtigkeit nach außen transportiert wird.

- Ein warmer Pullover oder Fleece für die Abende oder kühlere Tage. Verzichte möglichst auf Baumwolle, da sie Feuchtigkeit schlecht nach außen leitet und nur langsam trocknet. So kannst du schneller auskühlen.

DIE ÄUßERE SCHICHT

ZIEL: Vor Wind und Regen schützen und die darunterliegenden Schichten trocken halten.

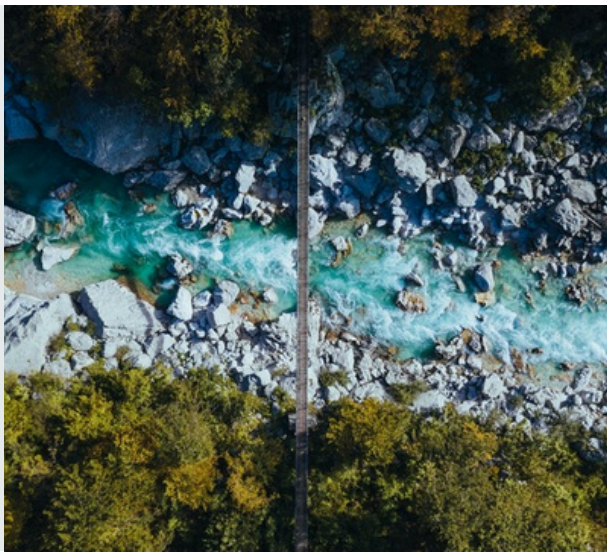
- Eine Regenjacke, wasserdicht und winddicht, idealerweise mit einer Wassersäule von mindestens 15.000 mm.

DEIN BADEANZUG

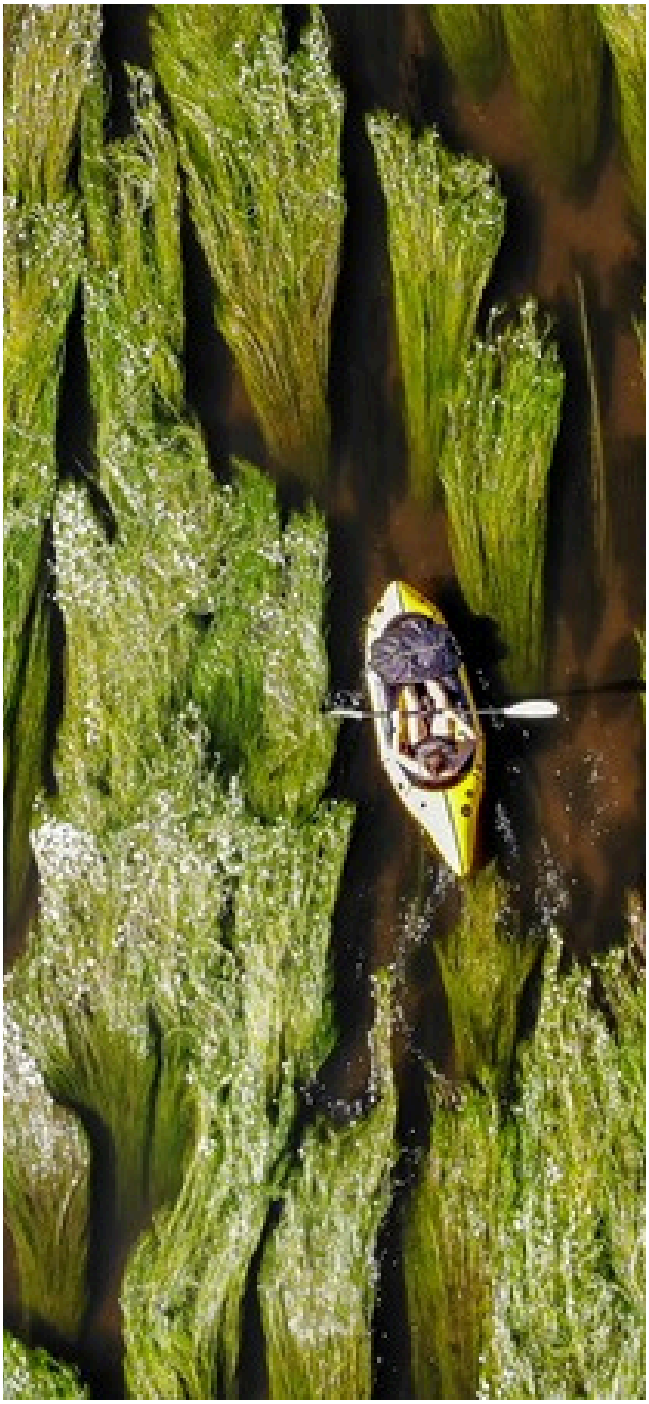
ZIEL: Sich nach einem schönen Tag beim Wandern und Packraften abzukühlen.

Vergiss nicht, deinen Badeanzug einzupacken, um dich in den slowenischen Seen oder Flüssen zu erfrischen.

Achtung: Es ist wichtig, nicht kälteempfindlich zu sein, um in der Soča zu schwimmen, da es sich um einen Gebirgsfluss handelt und das Wasser dort besonders kühl ist!



Möchtest du das Material und deine Talente testen?



Entdecke unsere Mikro-Abenteuer

ZWEI TAGE

Lust auf einen Vorgeschmack von Slowenien? Nimm an einem zweitägigen Micro-Abenteuer in Eigenregie teil und tauche vollständig in die Natur ein.

Während dieser zwei Tage wechselst du zwischen Wandern und Packraften, mit einer Nacht im Basislager zur Erholung. Du hast die Freiheit, das Abenteuer in deinem eigenen Tempo zu erleben, indem du eine Karte verwendest oder dich auf unsere mobile App verlässt. Am Abend kannst du ein Lagerfeuer genießen und die Nacht in deinem Zelt unter den Sternen verbringen.

Genieße diesen digitale Detox im Herzen der schönsten Wildnisregionen in deiner Nähe.

IN DEINER NÄHE

Unsere erste Ausgabe fand an den Ufern der Ourthe in den belgischen Ardennen statt. Derzeit befinden sich unsere Basislager am Fluss Semoy in den französischen Ardennen, am Stausee von Haute-Sûre in Luxemburg oder im Biesbosch in den Niederlanden.

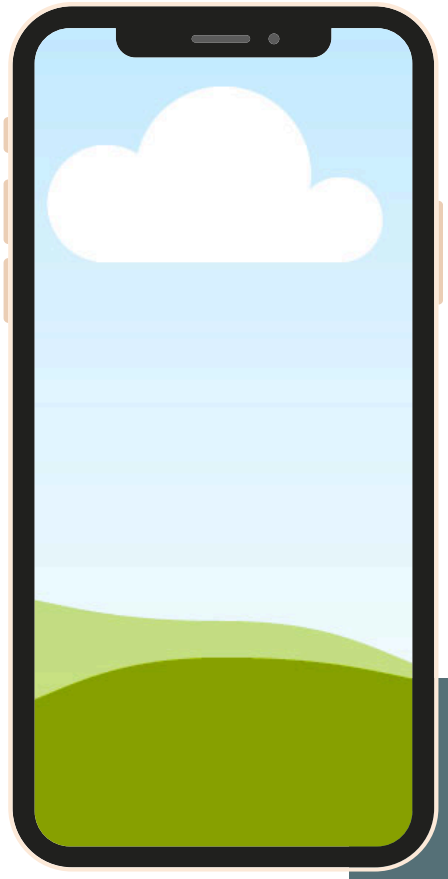
Das gesamte Team arbeitet aktiv daran, noch faszinierendere Reiseziele hinzuzufügen.

TATONKA®
EXPEDITION LIFE

Unser Materialpartner

Bei **Tatonka** wird dir das Team gerne helfen, die richtige Ausrüstung für deine Outdoor-Abenteuer zu finden. Zögere nicht, vorbeizukommen, um den idealen Rucksack für deine Bedürfnisse auszuwählen. Wusstest du außerdem, dass du deine Rucksäcke bei Tatonka warten und reparieren lassen kannst? So bleibt dein Lieblingsequipment in einwandfreiem Zustand für deinen nächsten Ausflug.

Außerdem findest du in der E-Mail, die du mit der Materialliste erhalten hast, einen Link zu einem Rabattcode für den Kauf deiner Wanderausrüstung!



IM VORAUS HERUNTERLADEN

Die Travelbase-App für dein Abenteuer findest du über diesen Link.

Lade deine Lieblings-Musik herunter, damit du auch offline Musik hören kannst.

FOLGE UNS...

@DERPACKRAFTTRAIL #THEPACKRAFTTRAIL
@TRAVELBASE.DE #TRAVELBASE