

+ trekking + kanu + angeln + schneeschu
+ ski + hundeschlitten + ferienhäuser



Naturerlebnis Lappland



Was Sie wissen sollten...

Insider-Reisetipps

Ausrüstungslisten Sommer- und Winter-
Trekkingtour

Insider Reise-Tipps

Besonders vielversprechende Plätze um Elche zu beobachten ist die Umgebung von Kvikkjokk und die der Hütten in Aktse und am Kaitumjaure (beide am Kungsleden). Im Winter sehen wir besonders viele Elche außerdem in der Umgebung von Njunjes (Padjelantaleden). Die Region um die Hütte Sámmlarappa (Padjelantaleden) ist der Hotspot, um in Schweden Luchse zu beobachten.

In Schweden ist es sehr verbreitet, mit seiner Kreditkarte zu bezahlen, jeder hat mindestens eine und Bargeld ist nicht so gebräuchlich. EC-Karten gibt es nicht, sie werden nur am Geldautomaten akzeptiert.

Das Vindelfjällen-Naturreservat ist das größte Naturschutzgebiet Europas. Da es weit weniger bekannt ist, ist es hier, selbst in der Wander-Hochsaison viel einsamer, als in den weiter nördlich gelegenen Bergregionen Schwedisch-Lapplands, aber mindestens genauso schön.

Ebenfalls kaum begangen wird der Abschnitt des Kungsleden zwischen Jäckvik und Kvikkjokk. Hier muß der Wanderer in der Regel im Zelt übernachten, dafür hat er das Gebirge fast für sich allein.

Auch in den schwedischen Bergen kommt es häufig zu Lawinenabgängen, speziell im Frühjahr. Besonders gefährdet sind Täler im Sarek-Nationalpark sowie in der Kebnekaise-Region.

Abisko mit seinem überwiegend sehr klaren und freien Himmel ist laut „Lonely Planet“ der Ort auf der Welt, an dem die Chancen, Nordlichter zu sehen, am höchsten sind. Unsere Gäste haben bisher bei fast allen Touren dort oben, Nordlichter sehen können.

Die Polizei sieht man in Schweden weit weniger häufig als in Deutschland, Österreich oder der Schweiz. Trotzdem ist sie da und bei wirklich jeder Kontrolle wird automatisch auch ein Alkoholtest durchgeführt, immer. Die Chancen, als „Sünder“ ertappt zu werden, sind also wesentlich höher als in Deutschland oder in der Schweiz.

Ausrüstungsliste Sommer-Trekkingtour

Was Sie für eine Trekkingtour benötigen, haben wir in einer Übersicht für Sie zusammengestellt. Die Ausrüstungsliste ist für eine Woche Tour geplant. Bei längeren Touren packen Sie einfach etwas mehr ein.

Bitte planen Sie Ihre Bekleidung für die Tour sowie die Tage davor und danach extra. Denken Sie daran, dass Sie unterwegs Ihre persönliche Ausrüstung während der Tour, selbst tragen werden und noch Verpflegung und andere Ausrüstungsteile (Schlafsack, Zelt, Matte, Kochgeschirr u.ä. bei Zelttours) hinzukommen.

Vor der Tour werden wir gemeinsam Ihre Ausrüstung durchsprechen und wenn nötig ergänzen. Gegenstände, die Sie nicht mit auf Tour nehmen, können sicher bei uns deponiert werden, so lange Sie auf Tour sind.

Einzelne Gegenstände der folgenden Ausrüstungsliste können bei uns gemietet werden. Bitte setzen Sie sich rechtzeitig mit uns in Verbindung, damit wir die Vermietung absprechen können.

- Trekkingrucksack für Hüttentouren mindestens 60 Liter, bei Zelttours mindestens 65 + 10 Liter
- wasserdichte! Hose und Jacke (bevorzugt mit Goretex-Membran)
- wasserdichte! gut eingelaufene Trekkingschuhe
- einen ausreichend grossen Regenüberzug für den Rucksack
- Schirmmütze (Basecape), dünnere Handschuhe und Mütze (auch im Sommer!)
- Wärmebekleidung (verschiedene Stärken) Pullover/Jacke für die zweite Schicht aus Fleece, Wolle oder Daune
- Waschzeug, Hygieneartikel, kleines Handtuch, Sonnencreme (mind. LSF 50), Lippenpflege
- zwei bis drei Funktionsshirts (Polyester, Wolle) lang – und kurzarm zum Wechseln

- eine lange Unterhose und Slips
- eine Trekkinghose, eventuell Wechselhose
- drei bis vier Trekkingsocken (am besten mit viel Wollanteil)
- ein Paar festsitzende, leichte Trekkingsandalen oder Turnschuhe für Flussquerungen und eventuelle Hüttenaufenthalte
- Sonnenbrille
- ein Schlafsackinlett aus Baumwolle, Seide oder Fleece (je nach Jahreszeit)
- Nähzeug
- eine Stirnlampe und Ersatzakkus oder Batterien
- Trinkflasche wenigstens einen $\frac{3}{4}$ Liter
- ein Taschenmesser
- Brillenträger bitte Ersatzbrille mitnehmen und stossfest verpacken
- persönliche Medikamente
- Blasenpflaster
- eventuell Ohrstöpsel
- Buch

Bitte verpacken Sie all Ihre Kleidung und Ausrüstung, welche nicht nass werden darf, extra wasserdicht im Rucksack. Im Sportfachhandel gibt es leichte, wasserdichte Beutel, aber auch einfache Plastiktüten sind ausreichend. Dies ist erforderlich, weil die meisten Hersteller der Rucksäcke oft zu kleine Regenhüllen mitgeben und Ihre Kleidung somit im Rucksack nicht effektiv vor Regen geschützt ist.

Bitte lassen Sie in Ihrem Rucksack noch Platz für den Beutel mit der Verpflegung, da wir fast all unseren Proviant für die gesamte Tour mitnehmen müssen. Die meisten Hütten sind nicht bewirtschaftet, so wie das in Skandinavien üblich ist.

Bei Zelttouren kommt noch ein warmer Schlafsack, Kochgeschirr und ein Leichtgewichtszelt dazu.

Als Mückenmittel empfehlen wir das Antibrumm Forte, sie können aber auch vor Ort ein wirksames, einheimisches Mückenmittel kaufen.

Ausrüstungsliste Winter-Trekkingtour

Was Sie für eine Wintertour benötigen, haben wir in einer Übersicht für Sie zusammengestellt. Die Ausrüstungsliste ist für eine Woche Tour geplant. Bei längeren Touren packen Sie einfach etwas mehr ein.

Bitte planen Sie Ihre Bekleidung für die Tour sowie die Tage davor und danach extra. Denken Sie daran, dass Sie unterwegs Ihre persönliche Ausrüstung während der Tour, selbst tragen und mit der Pulka ziehen werden und noch Verpflegung, Schlafsack und andere Ausrüstungsteile (Schlafsack, Zelt, Matte, Kochgeschirr u.ä. bei Zelttouren) hinzukommen. Vor der Tour werden wir gemeinsam Ihre Ausrüstung durchsprechen und wenn nötig ergänzen. Gegenstände, die Sie nicht mit auf Tour nehmen, können sicher bei uns deponiert werden so lange Sie auf Tour sind.

Einzelne Gegenstände der folgenden Ausrüstungsliste können bei uns gemietet werden. Bitte setzen Sie sich rechtzeitig mit uns in Verbindung, damit wir die Vermietung absprechen können.

- Trekkingrucksack ab 40 Liter, für Tagesproviant, Daunenjacke und Wechselkleidung
- gefütterte Trekkingschuhe für den Winter, oder Stiefel, in denen Sie gut laufen und noch dicke Socken anziehen können und möglichst warme Füße haben, auch bei Minusgraden
- wasserdichte Hose und Jacke (bevorzugt mit Gore-Tex-Membran)
- Daunenjacke oder - Weste, oder warm gefütterte Skijacke
- gefütterte Skihose, oder Softschellhose, unter die Sie noch eine Unterhose ziehen können
- Wärmebekleidung für die Hütte aus Fleece oder Wolle (Wärmehose, Jacke, Pullover) damit Sie nach dem Tourtag die verschwitzte Kleidung komplett wechseln können, für Zelttouren richtig dicke Wärmebekleidung mitnehmen (am besten aus Daune)
- Schuhe für die Hütte mit wasserfester, rutschfester Sohle (Turn-, Hüttenschuhe)

- Waschzeug, Hygieneartikel, Trekkinghandtuch (was auch für eventuelle Saunabesuche geeignet ist), Sonnencreme (mind. LSF 25), Lippenpflege, Handcreme
- Funktionsunterwäsche (am besten aus Wolle) 2 – 3 langarm Unterhemden, 1 lange Unterhose, einige Slip
- wärmende Kleidung (verschiedene Stärken) für die zweite Schicht des Zwiebelprinzips, aus Fleece, oder Wolle (Jacke, Pullover verschiedene Stärken)
- mindestens 3 Paar dicke Socken (am besten aus Wolle) oder dicke Trekkingsocken mit Funktion
- zwei Mützen (dick und dünn)
- ein Paar dünnere Handschuhe, am besten winddicht, aus Fleece oder Softshellmaterial
- Von uns bekommen Sie einen 110 Liter wasserdichten Sack, in dem Sie Kleidung, persönliche Ausrüstung und Schlafsack aufbewahren können. Dieser Sack kommt mit auf die Pulka (leichter Lastschlitten).
- ein Paar dick gefütterte Handschuhe oder Daunenhandschuhe, am besten Fäustlinge, in die Sie die dünneren Handschuhe ziehen können
- Balaclava (Sturmhaube/Maske)
- eine Sonnenbrille mindestens Kategorie 3, mit Sportfassung, damit die Augen gut geschützt sind
- eine Skibrille möglichst mit UV-Schutz, wichtig bei Schneesturm!
- ein Schlafsackinlett, bei Zelttouren bitte Fleeceinlett
- Beutel, damit Sie ihre Kleidung im Rucksack wasserdicht verpacken können
- Nähzeug
- eventuell Fotoausrüstung mit Ersatzbatterien oder Akkus, unterwegs gibt es keine Auflademöglichkeit
- Stirnlampe und Ersatzbatterien/Akkus
- Buch
- eine Thermosflasche mindestens 1 Liter! Fassungsvermögen
- ein Taschenmesser (nicht ins Handgepäck packen)
- eventuell Ohrenstöpsel
- Brillenträger eventuell Ersatzbrille mitbringen
- persönliche Medikamente und Blasenpflaster nicht vergessen, den „Erste-Hilfe-Koffer“ haben wir dabei