

Equipment list

položka	Ks	pozn.
Výbava		
hůlky trekové	1	dají se koupit za pár Eur v Káthmandú
batoh 50 - 55 L na trek	1	topka jsou Osprey, ale i Bergans, Deuter
spacák, péřový	1	Sir Joseph looping 500 - 900 alebo podobný, komfort kolem -10
sluneční brýle	1	faktor 3
čelovka	1	Nao / tikka, stačí obyčejná, ale ideálně na baterky AAA
baterky AAA / AA	?	Energizer ultimate lithium (nejlepší výdrž v chladu)
opalovací krém	1	Faktor 50 (vysoké UV)
balsam na pery	1	Faktor 25
hygienické potřeby		
Oblečení		
trekove boty vysoké	1	Hoka Sky Kaha, Astra Olympus 5 hike, popr. iné
výškové boty	1	LaS Nepal EVO GTX, Scarpa Phantom (dají se případně půjčit v Khare - potřeba dopředu)
ponožky tenké, střední	2	trekové (tady nešetřit!)
ponožky hrubé	1	(ideálně kombinace merino/umělé vlákno, napr. Bridgedale summit)
kalhoty - trekové	1	trekové, pohodlné
spodky thermo	1	hrubší merino alebo primaloft
trenky/slipy/nohavičky	4	merino
triko s krátkým rukávem	2	merino
triko s dlouhým rukávem	2	merino
thermo / flieska	1	
softshell bunda	1	
bunda péřová hrubá	1	Sir Joseph, popr. jiná, dá sa koupit levně fake v KTM
bunda - vrchní gore tex	1	ProShell
rukavice hrubé, lezecké	1	
rukavice středně hrubé	1	
rukavice - tenké	1	
čepice teplá	1	
klobouček, šiltovka	1	proti slunci, vysoké UV
buff šátky	2 - 3	proti slunci, prachu, zimě
Lékárnička		
painkillers, napr. brufen	2 balení	
náplastě Compeed	2 balení	
obvazy, dezinfekce		
diamox (diuretikum)	1 balení	koupíme v KTM
smecta, černé uhlí	2 balení	
aspirin	1 balení	
oční kapky	1 balení	
šumivé minerály, vitaminy	3 balení	
širokospektrální antb	1 balení	
speciální výškové léky		řeší agentura

Pozn.: Klasická výbava na trek by se měla vejít do 50 - 55 L batohu a vážit cca 12 kg, což je pro běžného turistu příjemná, nositelná váha. V případě zájmu je možné doobjednat nosiče. Nepálsky nosič standardně nese 25 kg.

Pozn.2: Výškové boty a spacáky nám bere nosič, který je v ceně. Lezecký equipment jako lana, čekany, lezecké mačky, sedačka, jumar, přilba a pod. se budou pronajímat na místě a je to v ceně.

Kontakty:

www.trekfellows.sk / info@trekfellows.sk
www.instagram.com/trekfellows
www.facebook.com/trekfellows

Michal Gabriž:
+421944 338 168
michal@trekfellows.sk

