

The Big Ice - Changing

Grönland - Juni/Juli 2015

Packliste

Weltlicher Rucksack:

Zelt - wind- und wetterfest (es kann Schneefall geben)

Isomatte/Thermarest

Warmer Schlafsack

(Zelt, Isomatte und Schlafsack können bei Bedarf gegen Entgelt vor Ort ausgeliehen werden. Wenn benötigt, teilen Sie uns dies bitte mit Ihrer Anmeldung mit)

Wander- oder Trekkingschuhe (wir bewegen uns auf Tundraboden)

Kleidung nach Zwiebelprinzip (Temperaturen können stark schwanken und in den Minusbereich gehen)

Wind- und Regenjacke, Regenhose

Wanderstöcke

Handschuhe, Mütze (für den Schlafsack)

Warme Jacke und Fleece

Robuste Hose

Brille, Kontaktlinsen

Sonnenbrille

Sonnenhut oder Basecap

Sonnencreme

Insektenschutzmittel (ggf. Netz oder Hut mit Netz)

Handtücher für die tägliche Körperpflege

Toilettenartikel (biologisch abbaubar - wir werden uns im Bach oder See waschen)

Erfrischungs-/Feucht- und Desinfektionstücher

Toilettenpapier und persönliche Sanitärbeutel

Persönliches Essgeschirr und -besteck, Taschenmesser

Feldflasche

Decke(n) für das Sitzen im Kreis

Fotoapparat (und, wenn nötig, Filme)

Schlafmaske bei Bedarf (es wird auch nachts nicht dunkel)

persönliche Medikamente

Reiseapotheke einschl. Erste-Hilfe-Folie

The Big Ice - Changing

Grönland - Juni/Juli 2015

Packliste

Schwitzhütte:

Warme Sitzunterlage

Handtuch

leichte Kleidung (falls gewünscht)

Schamanischer Rucksack:

Trommel, Rassel, Schlaghölzer etc.

Kraftobjekte

(alles nur, soweit vorhanden und von Ihnen gewünscht)