

## Trekkingtour Sarek

Liebe(r) Teilnehmer(in),

vielen Dank für deine Anmeldung zur Trekkingtour durch die Sarek-Region. Ebenso für dein Vertrauen, das du uns damit entgegenbringst.



Wir freuen uns auf die gemeinsame Zeit und Reise mit Dir!

Vorab noch ein paar Informationen die der Orientierung dienen:

### Start der Reise/Anreise:

Wir treffen uns zunächst am Samstag, den 15.08.2026 in unserem Basislager im Storberg Fjällgård. Die Adresse dazu ist Storberg 24 in 93395 Arvidsjaur (Schweden). Ihr könnt am Anreisetag jederzeit dort ankommen, offiziell beginnt das Programm um 17 Uhr mit einer Einführungsrunde und der Verteilung der Ausrüstung.

Die Anreise nach Storberg ist per Auto oder Flugzeug, prinzipiell auch mit der Bahn möglich. Für eine Anreise mit dem Auto solltet ihr ab Deutschland 2-3 Tage einplanen, die reine Fahrtzeit beträgt ab Nordrhein-Westfalen je nach Route 26-30 Stunden. Parkmöglichkeiten gibt es vor Ort.

Für die Anreise per Flugzeug sind Verbindungen ab den großen deutschen Flughäfen mit Zwischenstopp in Stockholm vorhanden. Es besteht die Möglichkeit, dass wir euch am Flughafen in Arvidsjaur abholen.

Die Anreise mit der Bahn ist theoretisch möglich, jedoch mit einer Vielzahl an Umstiegen und einer Reisedauer von mindestens 36 Stunden verbunden. Eine Abholung am Busbahnhof in Arvidsjaur ist möglich.

### Übernachtungen:

Sowohl die erste als auch die letzte Nacht der Reise, also vor bzw. nach der eigentlichen Trekkingtour verbringen wir im Storberg Fjällgård. Dort könnte ihr über die Woche auch Gepäck einlagern, welches ihr für die Trekkingtour nicht benötigt.

Während der Tour schlaft ihr in euren Zelten. Wir werden entlang unserer Route an geeigneten Stellen wild campen und dabei die Prinzipien des Schwedischen Jedermannsrechtes sowie des leave-no-trace-Konzeptes anwenden.

### Verpflegung:

Im Programm enthalten ist jeweils ein gemeinsames Abendessen in Storberg am ersten und letzten Abend. Weiterhin wird für die Trekkingtour eine Basis-Verpflegung durch uns gestellt. Diese erhaltet ihr individuell für die gesamte Woche am ersten Abend. Die Basis-Verpflegung beinhaltet Porridge zum Frühstück, (Knäcke-)brot und Käse als Mittags-Snack sowie Fertigmahlzeiten für die Abende. Trekkingkocher werden durch uns gestellt.

**Wir empfehlen euch, darüber hinaus eigene Snacks, Müsliriegel bzw. sonstige Ergänzungen, entsprechend eurem Geschmack, mitzubringen.**

**Gebt uns bitte Bescheid, wenn ihr besondere Ernährungsanforderungen habt.**

### Hygiene:

Im Basislager in Storberg stehen uns fließendes Wasser, Toiletten und Duschmöglichkeiten zur Verfügung. Auf Tour ist in der Region ausreichend Oberflächenwasser vorhanden, welches wir als Trink- und Brauchwasser nutzen werden. Unterwegs sind teilweise Kompost-Toiletten

vorzufinden oder es werden Latrinen errichtet. Dabei halten wir Hygienestandards aufrecht und setzen auch hier leave-no-trace-Prinzipien um.

#### Sicherheitshinweise:

Die Reise verläuft durch Wildnisgebiete, welche nicht mit dem PKW zu erreichen sind. Wir werden uns dort auf ausgewiesenen Wanderwegen sowie auch abseits markierter Routen in teilweise unwegsamem Gelände bewegen.

Wir behalten uns vor, die Reise kurzfristig abzusagen oder zu verschieben bzw. die Route anzupassen, wenn aufgrund der Wetterverhältnisse (z.B. Sturm, Gewitter, extreme Kälte etc.) davon auszugehen ist, dass die Sicherheit der Teilnehmenden nicht mehr gewährleistet werden kann. Entsprechende Alternativen werden dann angeboten.

#### Ausrüstung:

Die nachfolgende Liste stellt den Mindestumfang eurer persönlichen Ausrüstung dar, die ihr benötigt um an der Tour sicher und mit einem gewissen Komfort teilnehmen zu können. Wir müssen in der Region und Jahreszeit mit Temperaturen rechnen, die auch bis um den Gefrierpunkt fallen können. Weiterhin sind auch starker Wind, verbunden mit anhaltendem und ergiebigem Regen keine Seltenheit. Bitte berücksichtigt dies bei der Wahl eurer Kleidung und Ausrüstung für die Übernachtungen (geeignetes Zelt und Schlafsack).

Bitte haltet mit uns Rücksprache, wenn für euch einzelne Gegenstände nicht verfügbar sind bzw. ihr dazu Fragen habt.

Gegenstand	Anzahl	Anmerkung
T-Shirt/Top	2-3	
Unterwäsche	2-3	
Lange Unterwäsche (Longsleeve)	1-2	
Lange Unterwäsche (Long Johns)	1-2	
Pullover/Jacke als Isolationsschicht	1	
Trekking-Socken (Paare)	2-3	
Dicke Wollsocken	1	Zum Tragen im Schlafsack
Leichte Isolationsjacke	1	Daune oder Kunstfaser
Hemd/Bluse	1	Als Schicht gegen Insekten, etc.
Robuste Trekkinghose	1	
Regenjacke	1	
Regenhose	1	
Schlauchschal/Bandana	1	
Mütze	1	Wolle oder Fleece
Hut/Cap	1	Sonnenschutz
Handschuhe	1 Paar	Fleece- oder Softshell
Trekking-Stiefel	1 Paar	
Leichte (geschlossene) Schuhe	1 Paar	Für Flussquerungen und abends im Camp, z.B. Sneaker, Barfußschuhe, o.ä.; <u>keine</u> Sandalen
Sonnenbrille	1	
Trekkingrucksack	1	60-80 Liter
Wasserdichte Packsäcke	1-2	Zum Verstauen der Ausrüstung im Rucksack
Isomatte	1	
Schlafsack	1	Komfort-Bereich bis 0 °C
Zelt	1	Ein- oder Zweipersonenzelt, welches im Trekkingrucksack transportiert werden kann und ausreichend sturm-/regenfest ist (kein Ultraleicht-Zelt)
Waschbeutel	1	Mit Bio-Seife und sonstigen Produkten nach eigenem Bedarf
Stirnlampe	1	Mit Ersatzbatterien/-akkus
Moskitoschutz	1	Repellent und Kopfnetz
Taschenmesser	1	

Becher	1	
Essbesteck	1 Satz	Teller/Schüssel, Löffel/Spork o.ä.
Trinkflasche	1	Mind. 1 Liter
Erste-Hilfe-Set	1	Mindestinhalt: Rettungsdecke, Verbandsmaterial, Tape, Infektionsschutzhandschuhe
Persönliche Medikamente	n.B.	Ggf. auch Wunddesinfektion, Kopfschmerztabletten, etc.
Optional: Trekkingstöcke	1 Paar	
Reparatur-Set	1 Satz	Flickzeug für Isomatte, Tape, Schnur, etc.

Allgemeine Hinweise:

Kein Alkohol – keine Drogen!

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Von uns gestellt werden Kochutensilien für die Gruppe sowie Sicherheitsausrüstung.

Wir freuen uns dich persönlich kennenzulernen und auf die gemeinsame Reise in der Natur!

Falls du noch Fragen hast, erreichst du uns unter 0170/3889416 (Stephan) oder unter 01520/1774654 (Christian).