

Antarktis Packliste



1. Richtige Kleidung für Landgänge und an Deck

- Wasserdichte, warme Hose:** Schutz gegen Spritzwasser und Regen bei Landgängen, zum Beispiel eine Ski- oder Snowboardhose.
- Parka:** Wasserdicht, am besten in der Farbe Rot, atmungsaktiv, mit Daunen gefüttert, als Schutz vor dem Wind, Regen und Spritzwasser, um dich während den Landgängen und beim Ausblick vom Deck der Schiffe warmzuhalten. Die meisten Kreuzfahrtgesellschaften schenken dir einen Parka. Prüfe vor der Abreise, ob der Parka dabei ist. Expeditionsjacken gibt es zum Beispiel von Canada Goose.
- Gefütterte Gummistiefel:** Gefütterte Goretex Stiefel werden von fast allen Kreuzfahrtschiffen für die Landgänge kostenlos bereitgestellt. Du musst sie in der Regel nicht mitbringen. Prüfe vor der Abfahrt, ob Stiefel dabei sind. Beispiel: Sorell Caribou.
- Regenhose:** Du solltest eine wasserdichte, beschichtete Nylon Regenhose mitnehmen, zum Beispiel aus Gore-Tex oder anderen synthetischen Stoffen. Sie sollte wasserabweisend und atmungsaktiv sein. Das hält den Wind ab und schließt keine überschüssige Wärme ein. Schweiß ist nach der Kälte das größte Thema in der Antarktis. Beispiel: Hosen von The North Face.
- Rollkragenpullover:** Ein Tipp von allen Kreuzfahrtgesellschaften und mir, der dich an Bord und an Land warm hält.
- Thermo Unterwäsche:** Packe lange Unterhosen und T-Shirts ein, etwa atmungsaktive Ski-Unterwäsche. Beispiel: Funktionsunterwäsche von The North Face.
- Warme Mütze:** 90 % der Körperwärme geht am Kopf verloren. Packe eine gute Mütze ein, speziell für windige Tage, zum Beispiel aus Fleece. Sie muss unbedingt deine Ohren warmhalten können.
- Warme Handschuhe:** Dicke Handschuhe, wie zum Skifahren, keine dünnen Wollhandschuhe. Beispiel: The Heat Company Heat Layer System (Drei Handschuhe in einem, mit Wärmepads).

- Schal:** Es sollte ein dicker Schal sein, der deinen Hals und deinen Nacken warm hält und vor dem Wind schützt.
- Badehose / Bikini:** Für den Polar Plunge, den Sprung in das kalte Wasser der Antarktis, das Spa oder den Pool an Bord der Expeditionsschiffe.
- Sonnenbrille:** Für das stark am Schnee reflektierende Sonnenlicht.
- Skibrille:** Für Tage mit starken Windböen. Beispiel: Uvex, mit orangen Glas, welches den Kontrast und dadurch die Sicht im Schnee verbessert).
- Warme Socken:** Nach dem Kopf geht die meiste Körperwärme an den Händen, und Füßen verloren. Packe mehrere atmungsaktive Socken ein, zum Beispiel zum Skifahren, mit denen du nicht schwitzt. Sie gleichen zusätzlich Größenunterschiede der Leihstiefel aus.
- Sonnencreme:** Ja. Du musst eine Sonnencreme mit einem hohen Schutzfaktor einpacken, ab 30, für Lippen, Hände und dein Gesicht. Die Reflexion von Eis, Schnee und Wasser verursacht in der Antarktis schneller einen Sonnenbrand, als du denkst.
- Pullover:** Langärmelig, für das Schichtprinzip der Kleidung.
- T-Shirts:** Langärmelig, für das Schichtprinzip der Kleidung.

2. Kleidung an Bord, Häfen und Städten

- Bequeme Kleidung:** Für die Kabine und die Anreise mit dem Flugzeug.
- Elegante Kleidung:** Für den Willkommensabend und Abschiedsabend mit dem Kapitän.
- Bequeme Straßenschuhe:** Für das Leben an Bord.
- Kleidung für rund 5° bis 20°:** Für den Hafen in Argentinien oder Chile, von dem du zu deiner Kreuzfahrt aufbrichst. Denke an regenfeste Kleidung.
- Tägliche Kleidung:** Nach deinem eigenen Geschmack, für Erlebnisse an Bord, das Essen und das tägliche Leben auf dem Schiff mit Wohnzimmertemperatur.

3. Zusätzlich empfohlen:

- Reiseadapter:** Die meisten Kreuzfahrtschiffe haben Steckdosen mit 110V, wie in den USA. Neue Schiffe haben schon Adaptersteckdosen installiert, die auch mit deutschen Steckern funktionieren. Packe zur Sicherheit einen Adapter ein.

- Fernglas:** Ein Tipp für den Blick auf Pinguine, Wale und die antarktischen Landschaften.
- Powerpack / Ersatzakku:** Niedrige Temperaturen entladen Akkus schneller. Packe ein Powerpack für das Smartphone ein, falls du damit Fotos machst möchtest und zusätzliche Akkus für deine Kamera.
- Wasserfeste Hülle:** Für das Smartphone oder die Kamera.
- Rucksack:** Nimm einen kleinen wasserdichten Rucksack für Landgänge mit, zum Einpacken deiner persönlichen Gegenstände. Damit hast du an Bord der Zodiacs beide Hände frei.
- Lippenbalsam:** Der Wechsel von kalter zu warmer Luft trocknet deine Lippen aus. Im Idealfall hat der Lippenbalsam einen Lichtschutzfaktor.
- Persönliche Medikamente:** Packe von deinem Arzt verschriebene Medikamente in ausreichender Menge in deinem Handgepäck ein. Die See kann stürmisch sein. Frage zur Sicherheit deinen Arzt oder Apotheke nach Medikamenten gegen Seekrankheit. Es gibt Pflaster, Kaugummis und Tabletten gegen Seekrankheit. An Bord der meisten Schiffe ist für den Notfall ein Arzt dabei.
- Kreditkarte:** Du benötigst immer drein Dinge, während einer Reise: Geld, deinen Reisepass und die Reiseunterlagen. Die Reiseunterlagen sind auf dem Smartphone. Geld, gibt es im Ausland immer mit einer Kreditkarte. Und den Reisepass solltest du immer dabei haben.
- Reisepass:** Für die Ein- und Ausreise nach Argentinien oder Chile.
- Reiseunterlagen:** Ausdrucken oder am Smartphone abspeichern, zusammen mit den Kontaktdaten von deinem Reisebüro und dem Expeditionsschiff.

4. Hast du noch eine Frage?

Wir planen deine Reise in die Antarktis mit Expeditionsschiffen, die deine Erwartungen erfüllen. Soll die Reiseleitung deutschsprachig sein? Möchtest du, dass der Hin- und Rückflug dabei ist?

Willst du schon vorab wissen, welche Kleidung an Bord dabei ist, welche Ausflüge es gibt oder welche Kabinen einen freien Blick auf die arktische Landschaft dabei haben?

Dann schreibe uns für eine polare Reiseberatung an info@Konpasu.de. Wir melden uns innerhalb von 24 Stunden, von Montag bis Samstag.