



KNUT
REISEN

Packliste „Russlands Norden aktiv“:

- Reisepass
- Flugticket
- Gültige Auslandskrankenversicherung
- Kopien von allen wichtigen Dokumenten (getrennt aufbewahren!)
- Geld
- EC-Karte, Kreditkarte
- Rucksack oder weiche Tasche bis max. 60 l Volumen (wird auf den Motorschlitten mit Seilen fixiert)
- Tagesrucksack
- KEINE Hartschalenkoffer, bitte nur 2 Gepäckstücke!
- Evtl. Mobiltelefon
- Fotoapparat
- Ausreichend Batterien und Akkus (entladen sich schnell in der Kälte)
- Sonnenbrille und Schneibrille
- Sonnencreme
- Warme Mütze, leichte Mütze
- Warme (Thermo-) Unterwäsche
- Woll-Übersocken (mind. 3 Paar)
- Warme Handschuhe (mind. 2 Paar)
- Warme Kleidung (stellt Euch ein auf Temperaturen von -25°C bis +3°C)
- Winterjacke warm (mit gut schließender Kapuze)
- Winterjacke leicht für Skitouren (mit gut schließender Kapuze)
- Evtl. Balaklava (oder Schal)
- Evtl. eigene Langlaufski und -schuhe
- Winterhose, möglichst warm
- Stiefel für die Stadt (mit Matsch muss gerechnet werden), warme Winterstiefel (dicke Socken sollten reinpassen), Badeschlappen für Sauna / Hausschuhe
- Optimal: Skistulpen / Gamaschen
- 2 Handtücher (1 x für Sauna)
- Kleine Taschenlampe
- Bei Bedarf: Kaffee (Russland ist ein Teeland – es gibt häufig nur Instant-Kaffee)
- Toilettenpapier (in Russland immer gut dabei zu haben)
- Waschlappen (praktisch für Katzenwäsche, z. B. im Zug)



- Reiseapotheke (v. a. für Verstopfung und das Gegenteil, Aspirin, Pflaster, Desinfektionsmittel, Verbandszeug)
- Persönliche Hygieneartikel
- Fettige Gesichtscreme kann gegen Kälte helfen (ohne Feuchtigkeitsanteile)
- Biologisch abbaubares Duschgel
- Handwaschmittel für Klamotten
- Ohropax
- Spiele (Karten etc.)
- Reise- und Sprachführer

Ihr bekommt:

- Bettwäsche und -decken auf den Hütten und im Zug
- Essen und Trinken laut Programm (in Russland gibt es meistens nur Tee zum Essen)
- Becher, Besteck und Geschirr
- Schneeschuhe
- Es gibt Winterstiefel bei der Schlittentour (außen Gummi, innen Filz)
- Helme für Motorschlitten (bei Transfers auf dem Anhängeschlitten nicht unbedingt nötig)
- Bei Bedarf und soweit vorhanden: Langlaufski, -stöcke und -schuhe (Engpässe v.a. bei größeren Größen)

Gebt uns frühzeitig Bescheid, wenn Ihr Stiefel haben wollt.
Und verratet uns Eure Schuhgröße!

Beim Packen darauf achten:

- Es sollten mindestens 2 Sets Klamotten dabei sein, damit man nasse Sachen wechseln kann

Literatur:

- Reiseführer (z. B. Lonely Planet Russland)
- Sprachführer (z.B. aus der Kauderwelsch-Reihe oder Langenscheid)

Ein paar Lektüretipps:

- „Das Kreuz des Nordens: Reise durch Karelien“ von Klaus Bednarz
- „Russlands hoher Norden: Eine Reise von St. Petersburg bis zum Polarmeer“ von Dirk Sager
- „Die Reise nach Petuschki“ von Wenedikt Jerofejew (der Russe und der Wodka...)
- „Fettnäpfchenführer Russland – Was sucht der Hering unterm Pelzmantel?“ von Veronika Wengert
- „Kulturschock Russland“ (aus dem Reise Know-How Verlag)