



**KNUT
REISEN**

Packliste „Eiswandern am Baikalsee“:

- Reisepass (Migrationskarte bekommt man an der Grenze, bitte zusammen mit dem Pass aufbewahren!)
- Flugticket
- Gültige Auslandskrankenversicherung
- Kopien von allen wichtigen Dokumenten (getrennt aufbewahren!)
- Geld
- EC-Karte, Kreditkarte (besser als Reiseschecks!)
- Großer Rucksack (wird auf den Wanderschlitzen so mit Seilen fixiert, dass man das Ganze auch tragen kann)
- Tagesrucksack (an diesen wird mit Karabinern der Wanderschlitzen befestigt)
- Evtl. Mobiltelefon
- Fotoapparat
- Ausreichend Batterien und Akkus (entladen sich schnell in der Kälte)
- Sonnenbrille und/oder Skibrille
- Warme Mütze
- Warme (Thermo-) Unterwäsche
- Wollsocken (mind. 2 Paar)
- Warme Handschuhe (mind. 2 Paar)
- Warme Kleidung (stellt Euch ein auf Temperaturen von -25°C bis +3°C)
- Winterjacke
- Skihose
- Wanderstöcke mit Metallspitzen (kein Muss)
- Stiefel für die Stadt (mit Matsch muss gerechnet werden)
- Warme, gut isolierende Wanderstiefel
- Umschnallspikes, am besten mit Vibramsohle
- Winter-Gamaschen sind sinnvoll
- Badeschlappen für Sauna und heiße Quellen / Hausschuhe
- Badesachen für heiße Quellen
- 1 Handtuch (in den Hütten gibt es oft noch 1 Handtuch, und Unterlagen für Sauna werden gestellt)
- Kleine Taschenlampe
- Becher, Besteck, Geschirr für Lunchpakete
- Feuerzeug
- Bei Bedarf: Zucker, Salz, evtl. Kaffee (Russland ist ein Teeland – es gibt häufig nur Instant-Kaffee)
- Thermoskanne
- 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 (keine Feuchtigkeitscreme)
- Schutzlippenstift
- Biologisch abbaubares Duschgel
- Handwaschmittel für Klamotten
- Ohropax
- Spiele (Karten etc.)
- Reise- und Sprachführer

Ihr bekommt (gegen Pfand 100 €):

- Gepäckschlitten

Beim Packen darauf achten:

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

Literatur:

- Sehr zu empfehlender Reiseführer: „Baikalsee“ von Heike Mall & Roger Just, am besten direkt per Mail bestellen über mail@baikalsee.net oder <http://baikalsee.net/Inhaltneu/Reisefuehrer/Inhalt.html>
- Weitere Reiseführer: z. B. Lonely Planet „Russia“, „Den Baikalsee entdecken“ vom Trescher Verlag
- Sprachführer Russisch
- „Kulturschock Russland“ (Reise Know-How) oder „Fettnäpfchenführer Russland“ (Conbook-Verlag)
- „Mein russisches Abenteuer“ von Jens Mühling

Speziell zum Baikal und zu Sibirien:

- „Ballade vom Baikalsee“: „Begegnungen mit Menschen und Landschaften“ von Klaus Bednarz (aus den 90er Jahren, viele Bemerkungen zur schlechten Wirtschaftslage sind nicht mehr aktuell)
- „Östlich der Sonne – vom Baikalsee nach Alaska“ von Klaus Bednarz
- „Sibirisches Tagebuch“ von Gerd Ruge
- „Sibirien“ von Norbert Wein (umfangreiches Werk über Geografie, wirtschaftliche Entwicklung und Probleme)
- „Die Eroberung Sibiriens“ von W. Bruce Lincoln (umfangreiches populärgeschichtliches Werk)
- „Land der Schmerzen – Land der Hoffnung“ von Benson Bobrick (vergleichbar mit Lincoln, etwas sachlicher)
- „Die Schamanen“ von Hans Findeisen und Heino Gehrts (Darstellung des nordasiatischen Schamanentums, ergänzt durch Berichte, Märchen, Mythen)
- „Die Prinzessin von Sibirien“ von Christine Sutherland (Roman über die Dekabristin Maria Wolkonskaja und ihre Zeit)
- „Geliebtes Sibirien“ von T. von Stackelberg (Erinnerungen aus der Verbannung)

Und natürlich mangelt es in der russischen Literatur nicht an großen Schriftstellern, die aufzuzählen den Rahmen einer Packliste sprengen würde.