



Lista stvari - Indija: Ladak

Lista stvari, ki jih je priporočljivo vzeti s seboj na potovanje v Ladak

Na letalih je prostora za največ 15 kilogramov prtljage na osebo + 7 kg osebne prtljage (omejitve so na notranjih letih). Zato skrbna priprava le najnujnejšega ni odveč. V pomoč vam podajamo listo potrebnih stvari, ki naj se znajdejo v vašem nahrbtniku.

Čaka nas tudi nekaj hoje. Na trekingu imamo tudi osle/konje (kot nosače). Stvari, ki jih za trek ne potrebujemo, se pustijo v Lehu (izhodišču), ostale pa se da v ta veliki nahrbtnik, ki je najprimernejši za treking oz za na osle/konje. Z nami je tudi en tako imenovani konj za nujne primere, za primer evakuacije.

Vreme je nepredvidljivo, čeprav v tem letnem času najbolj stabilno. Temperature bodo čez dan okoli 15-30, lahko da bo sonce neusmiljeno pribijalo (obvezno pokrivalo s šiltom), ponoči pa lahko tudi zmrzuje (redkost). Prelaz (5.150 m.n.m.) lahko tudi zasneži.

Zlato pravilo: Spokamo za 3 dni, potem pa to nosimo en teden!

V nahrbtniku naj se znajdejo (nekaj od tega dajte tudi nase):

- 2 fotki za dovoljenja, potni list z veljavno indijsko vizo in veljaven vsaj še 6 mesecev od datuma konca potovanja
- keš v EUR
- zdravstvena polica za tujino, ki mora veljati tudi za nadmorsko višino nad 3.000 m
- topla spolna vreča
- mala svetilka za na glavo
- pohodne palice (če si navajen/a z njimi hoditi)
- treking čevlji (uhodi jih preden se odpravimo, da ne bo problemov z žulji)
- lahke superge ali čevlji za preobutev (lahko tudi Teve), japanke za pod tuš (kjer bo ;-)
- pohodniške hlače (lahko tudi gore tex), gore tex anorak, termo velur (flis), dolge spodnje gate ali debele žabe
- 1x puli/bombažni pullover/termo majica
- 1x bombažna majica z dolgimi rokavi, 4x majčka s kratkimi rokavi
- 1x švic perilo z dolgimi in 2x s kratkimi rokavi
- kapa za eventuelne hladne noči, šal, rokavice (prvo in drugo boste najbrž raje tam kupili) in pa pokrivalo s šiltom za čez dan (sploh tisti, ki nimate bogate grive)
- nogavice (vsaj 2 para ojačanih pohodniških in 4 pare navadnih bombažnih nogavic)
- spodnje perilo (7x), kopalke (nikoli ne veš) in kratke hlače
- sončna očala (po možnosti gorska)
- rutka proti prahu
- brisača (priporočamo lahke popotniške brisače iz reciklirane plastike – dobiš jih v spletni trgovini www.nommos.me) in vlažilni robčki

- toaleta: 25 dag pralnega praška, milo, zobna ščetka, zobna pasta, krema za sončenje (visok faktor), krema za suhe ustnice (vazelin mnogo boljši kot labello),...
- medicinski paket (razdelite na dve osebi): tabletki za razkuževanje vode, spitaderm sprej za razkuževati roke, antibiotiki (en paket za spodnji, trebušni del in en paket za zgornji, dihalni del), aspirin, tablete proti diareji (linex), diamox proti višinski bolezni (mi sicer odsvetujemo, ampak morda za tisti dan, ko gremo čez 5.150m), tabletki proti zaprtju, vitaminski tableti, obliži, povoj, gaza, bivacin, tablete proti slabosti...
- knjiga
- še kaj, na kar smo morda pozabili in brez katerega ne moreš živeti

Pusti doma predsodke, slabo voljo, tečne partnerje, uhane, zlate ogrlice, dragocene ure, lepe čevlji, hlače zlikane na rob in ostale nepomembne reči. Ne pozabi pa na kup dobre volje in jeklene živce!

ShaPPa