

Anatole rando ane
04 66 45 66 48

Sylvie Rieucau 0684433151
Christian Cleve 48150

RIBEVENES , Meyrueis tél :

Tipps zur Vorbereitung Ihrer Wanderung mit Eseln

Auf eine Wanderung mit Eseln zu gehen, heisst ein wenig, die Art der Nomaden zu leben, die sich nicht mit Überflüssigem belastet, sondern sich auf das Nötigste beschränkt. Damit ihr Aufenthalt möglichst angenehm wird, ist es wichtig, sich gut vorzubereiten.

Damit Sie auf der Wanderung am ersten Tag genügend Zeit haben und um unsere Organisation zu gewährleisten, finden die Starts vor 10 Uhr morgens statt. Die Tour-Beschreibung und die Anleitung für den Umgang mit den Eseln finden am Vortag statt. Wir sind dankbar, wenn Sie uns vorgängig anrufen, um einen Termin abzumachen. (Wir haben Starts und Ankünfte an zwei verschiedenen Orten.)

Ein Esel trägt 30 bis 40 kg; Das scheint viel, aber tatsächlich ist dieses Gewicht schnell erreicht. Man muss sich darum beschränken und das Gepäck möglichst leicht halten. (Alles, was das Maximalgewicht überschreitet, müssen Sie zurücklassen oder auf dem eigenen Rücken tragen.)

Sie starten auf eine Wandertour. Das ist ein ganz anderes Erlebnis, wo man sich mit weniger als üblich begnügt und man ganz einfache Dinge mehr schätzt, wie z.B. ein gutes Essen, das man sich zubereitet.

Wir stellen Ihnen ein Paar Satteltaschen zur Verfügung, worin Sie ihr Gepäck verstauen können. Am besten verteilen Sie es auf feste, verschieden farbige oder durchsichtige Plastiktaschen. Sie können auch leichte, flexible Stofftaschen verwenden, die Sie in wasserdichte Plastiksäcke einpacken. Das hilft Ihnen, die Gegenstände zu finden und schützt zusätzlich vor Nässe. Denn die Satteltaschen sind nicht immer wasserdicht und die Planen legt man vielleicht zu spät auf. Nicht geeignet sind Rucksäcke oder Koffer.

Um die Vorbereitungen zu beschleunigen, teilen Sie Ihr Gepäck auf zwei gleich schwere Haufen auf. Damit der Packsattel beim Wandern nicht verrutscht, muss das Gewicht auf jeder Seite identisch sein. Um Ihr Zelt oder Ihre Decken zu verstauen, können wir Ihnen einen Seesack zur Verfügung stellen, der zwischen die Kreuze vom Gepäcksattel gelegt wird. Die schweren Sachen werden am besten unten in die Satteltasche geladen.

Falls Sie in einer Unterkunft (gîte) übernachten

Es genügt, einen Leintuchschlafsack oder ein leichte Decke mitzunehmen, die sich eng zusammenpressen lässt. In den Unterkünften (gîtes und refuges) hat es Decken, allerdings keine Handtücher. Oft kann man auch Bettlaken mieten.

Kleidung

Wenn man sich mit den Eseln beschäftigt, wird schneller schmutzig. Esel lieben es, sich im Staub zu wallen, um sich vor Insekten zu schützen. Helle Kleidung ist deshalb nicht ratsam. Aber es lohnt sich nicht, neue Kleider für jeden Tag mitzunehmen.

Kinder

Liebe Eltern, Sie werden sehen, dass sich die Kinder vermutlich um die Esel kümmern wollen. Aber seien Sie sich bewusst. Wie bei den Haustieren zu Hause schauen sie dann doch nicht zuverlässig zu den Tieren und brauchen gelegentlich Hilfe.

Packliste

Unterwegs kann es sehr heiss aber auch kalt und windig sein.

- *Bequeme, gut eingetragene Wanderschuhe*
- *Ein paar leichte Schuhe (Pantoffeln, Sandalen, Flip-Flops)*
- *T-Shirts (Man diese auch unterwegs waschen, im Sommer trocknen sie rasch.)*
- *Shorts, leichte Hose (Jeans eignen sich weniger, da sie schwer sind und lange brauchen, um zu trocknen.)*
- *Warmer Pullover*
- *Leichter Regenschutz*
- *Hut*
- *Taschenlampe: Mittlerweile gibt es günstige, sehr kleine, helle, sparsame Taschenlampen, deren Anschaffung auch in Zukunft nützlich sein kann.*
- *Karten (werden von uns ausgeliehen) in einer Kartentasche, Plastikmappe oder Gefrierbeutel, wo die gefaltete Karte auch bei Regen und Wind gelesen werden kann*
- *Trinkflasche (sehr wichtig!); Mindestens ein bis zwei Liter Flüssigkeit pro Person sind unabdinglich (besonders auf den Causses). Wenn Sie das Getränk kühl halten wollen, können sie es in Thermosflaschen aufbewahren oder die Flasche in ein feuchtes Tuch oder Papier einwickeln. Füllen Sie die Flaschen jeden Morgen wieder auf.*
- *Am besten haben Sie einen kleinen Rucksack dabei, sodass Sie das Wichtigste immer griffbereit haben: Getränk, Stärkung für unterwegs wie Trockenfrüchte, Riegel usw., Kamera, Karte mit Wegbeschreibung, Sonnenschutz, Regenschutz.*
- *Auch für kleine Kinder ist es sinnvoll, wenn sie einen kleinen Rucksack haben, wo sie ihr Getränk oder ihre Zwischenmahlzeit selber hervorholen können.*
- *Toilettentasche / Waschbeutel (ev. Seife, Shampoo und Zahnpasta teilen)*
- *Apotheke: Verbandszeug, Pflaster, Blasenpflaster, Desinfektionsmittel, Arnika-Kugeln, Linderung für Sonnenbrand (aber besser sich vorher gut schützen)*
- *Fahrradhelm für kleine Kinder, die zwischendurch ev. auf dem Esel reiten, um auszuruhen*

Mit dem Mobiltelefon hat man auf der Wanderung nicht überall Verbindung.

Beachten Sie die Wettervorhersage für die Region in der Zeitung, ev. Internet oder fragen Sie in der Unterkunft.

Für Wanderer, die unterwegs campieren

*Idealerweise nehmen sie biologisch abbaubare Toilettenartikel und Spülmittel mit. Ein kleine Schaufel ist nützlich für das Natur-WC. Das benutzte Toiletten-Papier kann auch mit dem Abfall mitgenommen werden, da es lange braucht, bis es abgebaut ist. Farbige Haufen von Toiletten-Papier in den Büschen oder unter Steinen sind ein Faktor, der die Grundbesitzer der Plätze, wo man campieren kann, dazu bringt, die Bewilligung zu erneuern oder eben nicht. **Lassen Sie also nichts zurück und nehmen Sie ihre Abfälle mit.***

Proviant

Denken Sie auch beim Proviant immer ans Gewicht!

Lesen Sie in der Wegbeschreibung, wo es einen Laden für Einkäufe hat. Die Läden sind oft

über Mittag lange geschlossen (zw. 13 und 17 Uhr). Wenn Sie eine grössere Gruppe sind, können Sie ev. unterwegs auch einige Vorräte deponieren. Oft kann man das Nötigste und Produkte aus der Region (Marmelade, Honig, Fleischwaren, Käse) auch vor Ort kaufen und sich z.T. einen Lunch für unterwegs mitgeben lassen.

Planen Sie Ihre Verpflegung und ihre Stärkungen im Voraus. Versuchen Sie dabei das Gewicht leicht zu halten:

- Gerichte, die den Hunger im Anschluss an eine grosse Anstrengung stillen (z.B. Kartoffelpüree)*
- wenn es kalt ist: Beutelsuppe z.B. mit Teigwaren*
- zum Abwechseln: Flocken, die mit etwas Wasser schnell aufquellen: Griess, Bulgur, Quinoa (Reis der Incas, den man in Welt- oder Bioläden findet), Linsen, z.B. rote, die auch schnell gekocht sind*
- Früchte und Gemüse: Kühltaschen sind geeignet, um diese länger frisch zu halten. Vermeiden Sie weiche Früchte, die schnell zerdrückt sind.*
- Vielleicht können Sie Tupperware-Boxen mitnehmen für Sachen, die schnell zerdrückt sind.*
- Milchpulver, Honig zum Süssen und zum Frühstück*
- keine Konserven-Dosen oder Gläser (Gewicht, Abfall, Gefahr sich zu schneiden)*

Achtung: in den Satteltaschen werden die Sachen schnell zerdrückt.

Oft sind offene Feuer verboten

Wir sind dankbar, wenn erfahrene und gut organisierte Wanderer sinnvolle Anregungen zur Optimierung dieses kleinen Führers machen und wir werden diese gerne aufnehmen.

Vielen Dank