

Kilimandscharo und die sieben Zwerge

GV Verband Intralogistik Schweiz - Daniel Bertschinger - 15.Mai 2024



Kilimandscharo und die sieben Zwerge

GV Verband Intralogistik Schweiz - Daniel Bertschinger - 15.Mai 2024



SRF



DOK



- Daniel Bertschinger – 46 Jahre
- Verheiratet – 2 Söhne
- Leadership – Sales – Empowerment - Team
- Neugierig – Empathisch – Kompetitiv
- «Komfortzonen – Verschieber»
- 5 x CH – Meister Leichtathletik
- 3 x Epic MTB Finisher
- 1 x Kilimandscharo Besteiger



- Bergmassiv in Tanzania
- 6. Oktober 1889 – Meyer/Purtscheller
- Kilimandscharo – 5895m.ü.M
- Höchster freistehender Berg der Welt – 7 Summits
- 3 erloschene Vulkane – Kibo (Uhuru Peak) – Mawenzi - Shira
- Gletscher – Rückgang um 85%
- Mweka, Umbwe, Lemosho, Shira Machame, Marangu, Rongai
- SRF DOK - August 23 – 3 Folgen
Dezember 23



THE SEVEN SUMMITS

MT. EVEREST

8848m
(Asia)

ANCONCAGUA

6962m
(S. America)

DEATH ZONE

8000m

MT. MCKINLEY

6190m
(N. America)

KILIMANJARO

5895m
(Africa)

ELBRUS

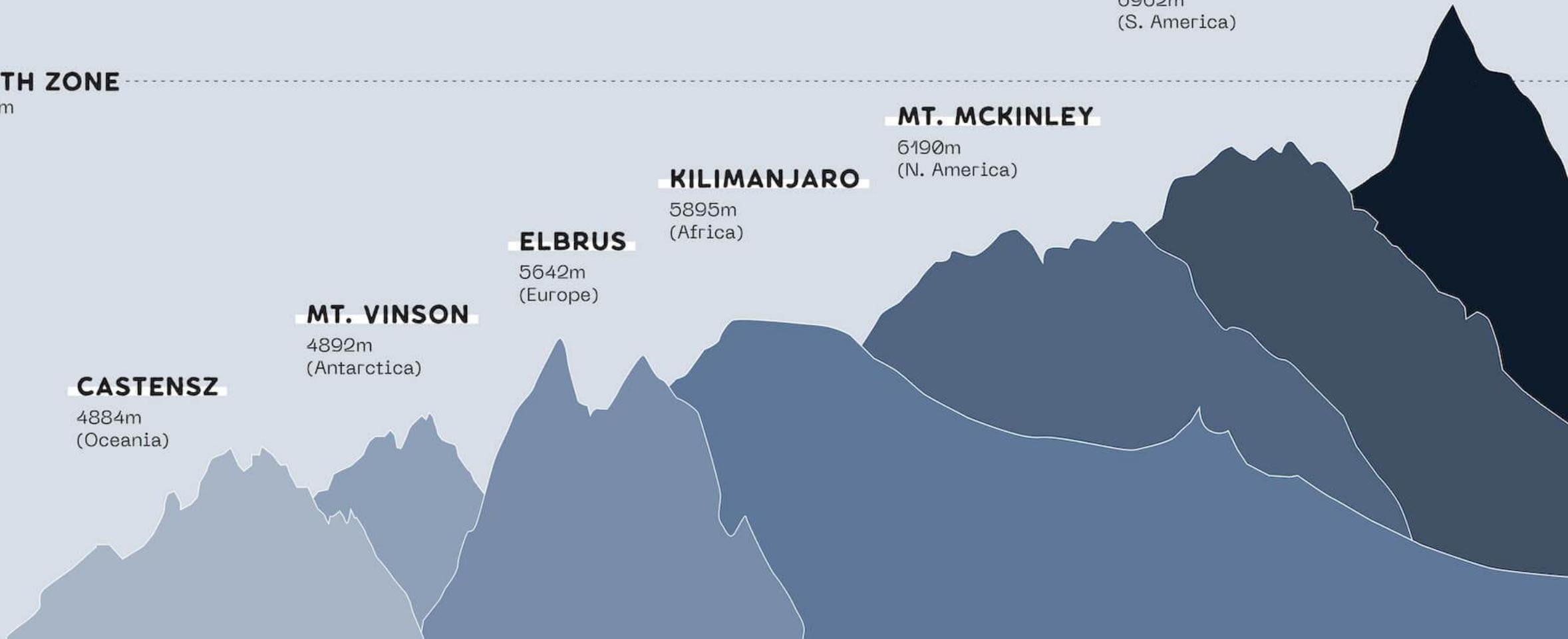
5642m
(Europe)

MT. VINSON

4892m
(Antarctica)

CASTENSZ

4884m
(Oceania)





Tag 1	6km	4h	510hm	2850M.ü.m
Tag 2	9km	6h	910hm	3510M.ü.m
Tag 3	11km	7h	620hm	3900M.ü.m
Tag 4	11km	7h	780hm	4000M.ü.m
Tag 5	6km	4h	500hm	4100M.ü.m
Tag 6	4km	3h	630hm	4600M.ü.m
Tag 7	21km	16h	1300hm	3000M.ü.m
Tag 8	9km	5h	0hm	1700M.ü.m
Total	77km	52h	7000hm	







“Kilima Njaro“ bedeutet «Weisser Berg» – er hat immer eine weisse Haube an. Seit 1987 ist der Kilimandscharo und die dazugehörigen Gletscher UNESCO Weltkulturerbe.

Per 2050 wird mit einem kompletten Gletscherverlust gerechnet. Mit weitreichenden Folgen für die Umwelt, Natur und die Bevölkerung.

**«Schaffe ich den Aufstieg auf
den Kilimandscharo?»**

**«Ist es gefährlich auf den
Kilimandscharo zu steigen?»**



«Schaffe ich einen Aufstieg auf den Kilimandscharo?»

- „Der härteste Spaziergang der Welt“
- Trittsicherheit
- Täglich mind. 5 Stunden
- Komfortverzicht
- 16 Stunden Wanderung
- Entsprechende Ausrüstung
- Verkaufsargument: „95% schaffen den Gipfel“

Wie fit muss man für den Kilimandscharo sein?

1. Wie fit muss ich für den Kilimanjaro sein? Eine gute Grundkondition, Gesundheit und Abenteuerlust reichen für einen erfolgreichen Gipfelgang. Der Berg ist zwar beeindruckende 5.895 Meter hoch, erfordert aber keine alpinistischen Fähigkeiten. 19.10.2022

 berawelten.com



«Ist es gefährlich auf den Kilimandscharo zu steigen?»

Ireland

Irish woman (35) dies while climbing Mount Kilimanjaro

Singapore

Singaporean dies during Mount Kilimanjaro climbing expedition

Mr Darrel Phee died of asphyxia and high altitude pulmonary edema (HAPE), according to travel agency Adventures Unlimited.

CATEGORY: TRAVEL

2 Libyan adventurers injured and 1 companion dies as they were climbing Mount Kilimanjaro

BY ABDULKADERASSAD SUN, 14/01/2024 - 20:32

TBC journalist dies while descending Mount Kilimanjaro

Wednesday, December 14, 2022

«Ist es gefährlich auf den Kilimandscharo zu steigen?»



Fotos: Quelle Google

Die fünf Tage, die auf den meisten Routen normalerweise für Auf- und Abstieg vorgesehen sind, bezeichnete der Höhenmediziner Oswald Oelz als:

„physiologisch versuchten Mord“.



Bei nicht akklimatisierten Bergsteigern finden sich zu 10 bis 25 Prozent Zeichen einer Höhenkrankheit nach dem Aufstieg auf 2500 Meter – **mild**.

Von mangelhafter Akklimatisation sind aber in 4500 bis 5500 Meter Höhe 50 bis 85 Prozent der Bergsteiger betroffen – **schwer**.

Aufstieg von mehr als 500 Meter pro Tag ab 2000 Meter und eine fehlende vorherige Akklimatisation mit weniger als **fünf Tagen über 3000 Meter**.



Leitsymptome sind:

- Kopfschmerzen
 - Appetitverlust
 - Übelkeit, Erbrechen
 - Müdigkeit, Schwäche
 - Atemnot, Schwindel
 - Tachykardie
 - Benommenheit bis zur Apathie
 - Tinnitus und Schlafstörungen.
-
- Akutes und lebensbedrohliches Höhenhirnödem (HACE)
 - lebensgefährliches Höhenlungenödem (HAPE) bilden.





- Auseinandersetzen – Vorbereiten - Mindset
- POLE POLE
- Viel trinken – mind. 3 Liter (tiefe Luftfeuchtigkeit – hohe Abgabe an Flüssigkeit)
- Viel Essen – Appetit- und Geschmacksverlust
- Ruhe – kein Stress
- Gutes Körpergefühl – kenne deine Grenzen
- Ausrüstung angepasst an 6000M.ü.m – bis zu Minus 20°



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024







1. Vorbereitung (lesen – verstehen – Mindset)
2. Training
3. Organisation
4. Team
5. Logistik
6. Leadership
7. Motivation - Wille



- 1. Vorbereitung (lesen – verstehen – Mindset)**
2. Training
3. Organisation
- 4. Logistik**
- 5. Team**
- 6. Leadership**
7. Motivation - Wille





Vorbereitung (lesen – verstehen – Mindset)





Gilman's
Outdoor Store



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024









Logistik



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024





Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



KILIMANJARO NATIONAL PARK REGISTRATION BOOK

FULL NAME	NATIONALITY	PAX	DAYS	AGE	GENDER	GUIDE NAME	TOUR COMPANY	PMT NO.		CITIZEN	PASSPORT NO.	SIGN IN
								NON	CITIZEN			
Francesca Basso	ITALIAN	2	7	53	M	MICHAEL	Abscutter	6039	✓			
Nadia Huguenot	DENMARK	2	7	29	F	OSWALD	ALTESSA	6030	✓			
Erni Rah	DANISH	2	7	29	F	OSWALD	ALTESSA	6032	✓			
Robert Neumeier	AUT	8	7	45	M	Priscus	Priscus	6032	✓			
Robert Neumeier	AUT	8	7	48	M	Priscus	Priscus	6032	✓			
KAREN PARRY	UK	2	7	53	F	SOLUM	Tanzania Specialist	-	✓			
Shane Murphy	AUST	1	7	47	M	Priscus	Priscus	-	✓			
Klaus Housury	Swiss	1	7	47	M	Priscus	Priscus	-	✓			
Dani Bertschinger	Swiss	1	7	45	M	Priscus	Priscus	-	✓			





Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Team - Leadership



MOUNT KILIMANJARO

CONGRATULATIONS
YOU ARE NOW AT

POINT SHIRA PEAK 3872M/12703FT AMSL

TANZANIA



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024





Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024





Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024





Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Daniel Bertschinger - Kilimandscharo und die sieben Zwerge - GV Verband Intralogistik Schweiz - 15.Mai 2024



Persönliche Gedanken & Eindrücke















**Vorbereitung
Logistik
Leadership – Team**

**Es sind die vielen
kleinen Dinge, die
etwas Grosses
entstehen lassen**

Herzlichen Dank für eure Aufmerksamkeit
Ich freue mich, wenn wir in Kontakt bleiben

