

Ausrüstungsliste Ski / Hochtour Winter

Grundausrüstung:

- Moderne und angepasste Tourenskiausrüstung (Tourenski, Felle, Harscheisen, Tourenschuhe, Tourenstöcke)
- LVS Ausrüstung (LVS- Suchgerät, Lawinsonde, Lawinenschaufel)
- Rucksack (30-40 Liter Volumen)
- Wind- und wasserfeste Jacke mit Kapuze (Gore Tex)
- Skitourenhose
- Softshell- oder Fleecejacke
- Funktionswäsche und Wechselshirt
- Handschuhe (1x dünn, 1x dick)
- Mütze oder Stirnband
- Skihelm
- Sonnenbrille, Skibrille (mit gutem UV- Schutz)
- Sonnen- und Kälteschutzcreme mit LSF 30+ und Lippenchutz
- Thermo- und Trinkflasche
- Proviant (z.B. Müsliriegel, Brötchen,)
- kompakter Hüttenschlafsack (aus Seide oder Baumwolle)
- Stirnlampe

Nützliche Gegenstände:

- Kleines Erste Hilfe Paket
- Blasenpflaster
- Magnesium und Kopfschmerztabletten
- Zahnputzzeug und kleines Handtuch
- Mitgliedsausweis eines alpinen Vereins, wenn vorhanden
- Bargeld

Spezialausrüstung (wird bei Bedarf kostenlos zur Verfügung gestellt):

- Klettergurt*
 - Kletterhelm*
 - Steigeisen*
- *ab Treffpunkt