

AUSRÜSTUNGSLISTE 1/2

MEHRTAGESSKITOUR



Skitourenausrüstung

- Touren- oder Freeride-Ski mit Tourenbindung (nach Norm auf Ihre Werte eingestellt)
- Skitourenschuh
- Teleskopstöcke mit großen Tellern
- Spannklebefell (Gleit- und Steigeigenschaften)
- Harscheisen
- Rucksack 30–35 l
- Skihelm (eigene Entscheidung)

Sicherheitsausrüstung (kann vom Bergführer geliehen werden)

- Lawinenverschüttetensuchgerät
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde

Ausrüstung Gletscher (kann vom Bergführer geliehen werden)

- Klettergurt (leicht)
- Steigeisen
- Eispickel
- Safebiner Karabiner (z.B. Ball-Lock Petzl)
- Schraubkarabiner
- Schnappkarabiner
- lange Bandschlinge
- 3m Reepschnur
- Eisschraube

Bekleidung

- Winddichte Jacke (Windstopper/Softshell)
- Winddichte Hose (Windstopper/Softshell)
- Wasserdichte Jacke (Hardshell)
- Isolationsjacke (wärmedämmende Daunenjacke oder Kunstfaserjacke, Primaloft)
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknende Unterwäsche)
- Funktionssocken
- Leichter wind- und wasserabweisender Fingerhandschuh, aus Windstopper oder Leder
- Warmer wind- und wasserabweisender Handschuh (Kälteschutz)
- Mütze, Stirnband, Halstuch
- Wechselshirt

AUSRÜSTUNGSLISTE 2/2

MEHRTAGESSKITOUR



Diverses

- Sonnenbrille + Skibrille
- Sonnencreme, Lippenchutz
- Mobiltelefon aufgeladen
- Trink- bzw. Thermosflasche (1-1,5l)
- Jause (Energiesnacks, Nüsse)
- Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape

Zusätzliches Hütte

- Wechselbekleidung für die Hütte
- Hüttenschlafsack
- kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- Ohropax, feuchtes Toilettenpapier
- Ladegerät Mobiltelefon
- Stirnlampe
- AV-Ausweis, Personalausweis
- Kreditkarte, EC Karte, Bargeld
- Persönliche Medikamente