

# AUSRÜSTUNGSLISTE

# SCHNEESCHUHTOUR



## **Ausrüstung**

- Schneeschuhe
- Fester Lederbergstiefel oder guter Trekkingstiefel (Kategorie B, warmer und wasserdichter Bergschuh z.B. Gore Tex)
- Teleskopstöcke mit großen Tellern
- Gamaschen
- Rucksack (30l mit Befestigungsmöglichkeit für Schneeschuhe)

## **Sicherheitsausrüstung (kann vom Bergführer geliehen werden)**

- Lawinenschüttelgerät
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde

## **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

## **Diverses**

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