

## AUSRÜSTUNGSLISTE

# SCHNUPPERSKITOUR/ TAGESSKITOUR

---



### **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 l
- Skihelm (eigene Entscheidung)

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

- Lawinenverschüttetensuchgerät
- 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