

Ausrüstungsliste

Skihohtour

MATERIAL

- ☐ Skitourenhose
- ☐ Shirt (zum Wechseln)
- ☐ Gore Tex Jacke und Überhose (wasserabweisend)
- ☐ Soft Shell Jacke oder Fleecejacke
- ☐ Daunenjacke bzw. Isolationsschicht
- ☐ LED Stirnlampe mit neuen Batterien
- ☐ Funktionsunterwäsche (lang)
- ☐ Skitouren- bzw. Skisocken (2 Stk.)
- ☐ gut abschließende Sonnenbrille bzw.
- ☐ Gletscherbrille
- ☐ Skibrille
- ☐ Mütze und Handschuhe (1x dünn, 1x warm)
- ☐ Steigeisen mit Antistollplatte*
- ☐ 1x Pickel*
- ☐ Klettergurt oder Gletschergurt (Hüftgurt)*
- ☐ Steinschlaghelm*
- ☐ 1x arretierbarer Karabiner (z.B.: Ball-Lock)*
- ☐ Rucksack 30 bis 40l (wenn vorhanden Lawinen-Airbagrucksack)¹
- ☐ Tourenski mit aufstiegsfähiger Bindung
- ☐ und Harscheisen¹
- ☐ passende Aufstiegsfelle¹
- ☐ Lawinen-Verschütteten-Such-Gerät mit neuen Batterien*
- ☐ Teleskopstöcke¹
- ☐ Skitourenschuhe mit Gehfunktion¹
- ☐ Lawinen-Sonde*
- ☐ Lawinen-Schaufel (aus Metall)*
- ☐ Leatherman-Tool (wenn vorhanden)
- ☐ Sonnencreme und Lippenbalsam mit hohem Schutzfaktor
- ☐ Toilettenartikel im Kleinformat
- ☐ SAC, DAV, ÖAV Ausweise (wenn vorhanden)
- ☐ Bargeld
- ☐ Dünner Hüttenschlafsack (Seide) o Erste
- ☐ Hilfe Paket, Biwaksack
- ☐ Mobiltelefon, evt. Fotoapparat

VERPFLEGUNG

- ☐ T Trinkflasche, Thermosflasche
- ☐ Als Zwischenmahlzeit neben der Halbpension auf der Hütte solltest du Essen mitnehmen das du auch bei Anstrengung verträgst und magst! (Dörrobst, Schokolade, Käse, Vollkornbrot, Energieriegel, etc.)

* Diese Ausrüstungsgegenstände können bei Bedarf kostenfrei geliehen werden!

¹ Diese Ausrüstungsgegenstände können bei Bedarf in Sportshops gegen eine Gebühr geliehen werden. Gerne organisieren wir dir die notwendigen Gegenstände.