



Ausrüstungsliste für Skihochtouren

Grundausrüstung:

- Rucksack
- Windjacke mit Kapuze
- Skihose
- Warme Bekleidung
(Mehrschichtenprinzip)
- 2 Paar Handschuhe
- Mütze + Sturmmütze
- Sonnenbrille + evtl. Skibrille
- Sonnencreme/Lippenschutz
- Thermosflasche
- Lunch
- Geld, Ausweise
- Taschenmesser
- Tourenapotheke mit Rettungsdecke
- Reparaturmaterial
- Evtl. Fotoapparat und Feldstecher

Technisches Material:

- Pickel
- Steigeisen, angepasst
- Anseilgurt (2-teilig)
- 2 Schraubkarabiner
- 2 Normalkarabiner
- 2 Reepschnurstücke (à ca. 4m, Ø 6mm)
- Handschlaufe (Reepschnurstück à 1.2m,
Ø 5 – 6mm)
- Evtl. 1 Eisschraube + 1 Ropeman

Skitourenausrüstung:

- Tourenski mit Tourenbindung
- Skitourenschuhe
- Tourenstöcke
- Klebfelle
- Harscheisen
- LVS (Lawinenschüttelgerät)
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde
- Evtl. Ski- und Fellwachs

Zusatzausrüstung für Hüttenübernachtung:

- Stirnlampe
- Toilettenartikel
- Ersatzwäsche
- Evtl. Seidenschlafsack
- SAC-Ausweis