

Ausrüstungsliste: Skitouren – Skihochtouren

Technische Ausrüstung:

Rucksack mit Skibefestigung
Ski mit Tourenbindung
Skistöcke
Tourenskischuhe
Klebefelle
Harscheisen
Skihelm (oder Kletterhelm)
Steigeisen (mit Antistollplatte)
Tourenverpflegung (Müsliriegel)
Thermosflasche
Fotoapparat
Skiwachs (wegen Anstollen)
Sonnenbrille oder Gletscherbrille
Sonnenschutzcreme (hoher LSF)
Lippenschutz
Lesebrillen

Notfallausrüstung:

LVS Gerät (mit neuen Batterien)
Lawinenschaufel Metall
Lawinsonde
Erste Hilfeset
persönliche Medikamente
Biwaksack
Stirnlampe
Reperaturzeug
Mobiltelefon (Ladegerät)
E.-Card
Für die Hütte:
Waschzeug
Hüttenschlafsack
Leichte Hausschuhe
leichte Hose und Leiberl
ev. Ohrenstöpsel
NF Ausweis
Bargeld

Hochtourenausrüstung:

Hüftgurt
Pickel
Eisschraube (moderne Bauart, 19cm)
3 Reepschnüre dm 6mm, (1,5m; 3m; 5m)
2 Bandschlingen vernäht (60cm; 120cm)
2 Schraubkarabiner HMS
1 Safebinder (Karabiner mit doppelter
Verschlussicherung)
leichte Daunen-/Primaloftjacke

Bekleidung:

Funktionsunterwäsche
Reserveunterwäsche
Skitourensocken
Jacke (Fleece, Wolle...)
Skitourenhose
Anorak (wasserdicht)
Haube
dünne Handschuhe für den Aufstieg
warme Handschuhe
Sonnenhut

Guide: zusätzlich

Einfachseil
Eisschraube (moderne Bauart, 19cm)
2 Normalkarabiner
1 Petzl Micro Traxion
erweitertes Erste Hilfe Set mit Tabletten
erweitertes Reperaturset
Landkarten
Gebietsführer
Höhenmesser
Kompass
Planzeiger
GPS mit Tracks
ev. Kreditkarte
Bergführer.- Instruktorausweis
Schreibzeug