

Ausrüstungsliste: Skitouren

Technische Ausrüstung:

Rucksack mit Skibefestigung u. Skifix
Ski mit Tourenbindung
Skistöcke
Tourenskischuhe
Klebefelle
Harscheisen
Skihelm (oder Kletterhelm)
Tourenverpflegung (Müsliriegel)
Thermosflasche
Ski- bzw. Fellwachs
Lese - u. Sonnenbrille
Sonnen - u. Lippenchutz

Notfallausrüstung:

LVS Gerät (mit neuen Batterien)
Lawinenschaufel und Lawinsonde
Erste Hilfeset
Biwaksack
Stirnlampe
Reperaturzeug
Mobiltelefon (Ladegerät)

Bekleidung:

Funktionsunterwäsche
Reserveunterwäsche
Skitourensocken, Haube
Wasser- u. winddichte Überjacke
dünne und warme Handschuhe
Gesichtsmaske, Schlauchtuch

Im Quartier:

leichte Hausschuhe, Hose und Leiberl
persönliche Medikamente
kleinesToilettzeug
Ohrstöpsel