

Ausrüstungsliste Hochtourenwochenende

Technische Ausrüstung

- Rucksack 30-40 Liter (inkl. Pickelbefestigung)
- Bergschuhe (steigeisenfest)
- Kletterhelm
- Klettergurt/Hüftgurt
- Steigeisen mit Antistollplatte (angepasst, keine Leichtsteigeisen)
- 1 Pickel (klassische Bauart, ca. 60cm)
- 3 Reepschnüre ø6mm (1x 1,5m, 1x 3m, 1x 5m, Dyneema bevorzugt)
- 3 Bandschlingen vernäht (1x ø60 cm und 1x ø120 cm)
- 3 Karabiner mit Verschlussicherung (davon mind. 1 HMS)
- 1 Safebine Karabiner (z.B. Ball-Lock, keine Twistlock)
- Materialkarabiner (am besten alte Schnappkarabiner verwenden)

Notfallausrüstung

- Erste-Hilfe Paket (inkl. Rettungsdecke)
- Biwaksack (2 Personen)
- Stirnlampe (inkl. Batterien)
- Taschenmesser/Multifunktionswerkzeug
- Mobiltelefon

Orientierung

- Smartphone App mit Kartenmaterial
- AV-Karte 30/1 Ötztaler Alpen (1:25 000)
- Planzeiger

Bekleidung

- Funktionsunterwäsche inkl. Reserve
- Jacke (Fleece, Softshell)
- GoreTex Jacke
- Tourenhose
- Handschuhe (dünne und warme)
- Haube / Kopfbedeckung
- Daunen-/Primaloftjacke (dünn/leicht)

Sonnenschutz

- Sonnen-/Gletscherbrille
- Sonnencreme und Lipenschutz

Verpflegung/Proviand

- Trinkflasche/Thermosflasche
- Tourenproviand

Sonstiges

- Hüttenschlafsack
- Waschzeug & pers. Medikamente
- Naturfreundeausweis
- Bargeld

Falls vorhanden

- 2 Eisschrauben
- Micro Traxion
- Tibloc
- Höhenmesser
- GPS-Gerät