

Ausrüstungsliste „Hochtouren“

Bitte folgende Ausrüstungsgegenstände mitbringen

Technische Ausrüstung

	Steigeisenfeste Bergschuhe
	Klettergurt
	2 Schraubkarabiner
	1 Normalkarabiner
	1 Prusikschlinge (Reepschnur ca. 1.4 m, 6mm)
	1 Bandschlinge 120cm, genäht
	Steigeisen mit Antistoll-Gummi
	Pickel
	Rucksack 35l
	Evtl. Helm
	Evtl. Trekkingstock

Bekleidung

	Berghose (Softshell)
	GoreTex-Jacke
	Softshell- oder Windstopper Jacke
	Leichte Primaloft Jacke (als zusätzliche Wärmeschicht)
	Mütze oder Stirnband
	Handschuhe (1 Paar dünne, 1 Paar warme)
	Funktionelle Unterwäsche
	Ersatzwäsche (Minimum)
	Evtl. Gamaschen

Karten- und Notizmaterial

	Evtl. LK 1:25000 des jeweiligen Tourengebiets

Besonderes

	Toilettenartikel, Taschenmesser, kleine Taschenapotheke
	Sonnencreme, Lippenchutz
	Sonnenbrille, evtl. Sonnenhut
	Evtl. Feldstecher und Fotoapparat
	Hüttenschlafsack, evtl. Ohropax
	Stirnlampe
	SAC Ausweis, 1/2-Tax Abo oder GA
	Thermos- oder Trinkflasche
	Zwischenverpflegung für Anzahl Tourentage

Sicherheit steht bei mir an erster Stelle!

Ich bin bestrebt, dass auf Touren und in den Kursen nur normiertes alpine technisches Material (UIAA-, CE- oder EN-Label) verwendet wird. Achten Sie beim Kauf auf diese Bezeichnungen.