

Ausrüstungsliste Hochtouren

Technische Ausrüstung:

- Bergschuhe, steigeisentauglich
- Steigeisen mit Antistollplatten (angepasst an die Schuhe)
- Rucksack, ca. 30-40l mit Pickelbefestigung
- Hüftgurt
- Eispickel, ca. 60cm lang
- 1 HMS 2 Schraub Karabiner 1 Dreiwegekarabiner 2 baugleiche Normalkarabiner
- 1 kleine Seilklemme, z.B. MICRO TRAXION (sofern vorhanden)
- 2 Bandschlingen genäht 60cm 120cm
- 3 Reep Schnüre Ø 5-6mm: 1,5m 3m 3m
- Kletterhelm Stirnlampe
- evtl. Gamaschen

Bekleidung, Sonnenschutz, Übernachtung:

- Funktionsunterwasche Tourenhose/Jacke
- Hardshell Jacke und Hose
- Daunen- oder Isolationsjacke
- 2 Paar Handschuhe Mütze Sonnenschutzhut
- Sonnenbrille mit gutem UV Schutz
- Sonnenschutzcreme (mind. LSF 30) Lippenschutz
- Hüttenschlafsack Handtuch Waschzeug

Persönliche Ausrüstung:

- Handy, (wenn vorhanden Multifunktionsuhr Höhenmesser Kompass)
- Fotoapparat Bargeld AV Ausweis Reisepass
- Tourenverpflegung (Bei Bedarf Medikamente)
- Trinkflasche (Thermosflasche)

Notfall Ausrüstung:

- Biwaksack (für zwei Personen)
- Rucksack-Apotheke