

# Ausrüstungsliste

## Technische Ausrüstung

- Skitourenski inkl. Felle od. Schneeschuhe
- Skistöcke
- Skitourenschuhe od. feste Winterstiefel
- Rucksack
- LVS-Gerät
- Sonde
- Lawinenschaufel (Alu)

## Proviant

- Trink-/Thermosflasche
- Tourenverpflegung nach Belieben (Riegel, Nüsse, ...)

## Notfall-Ausrüstung

- Erste-Hilfe-Set (inkl. Rettungsdecke, Blasenpflaster)
- Biwaksack

## Bekleidung

- Bekleidung je nach Wetter

## Sonnenschutz

- Sonnenbrille (hochwertiges Glas)
- Sonnenhut, Buff oder Kappe
- Sonnenschutzcreme
- Lippenchutz

### Legende

- Schwarze Ausrüstung ist verpflichtend mitzunehmen
- Graue Ausrüstung kann individuell mitgenommen werden