

Ausrüstungsliste 10

Skihochtour

Rucksack mit Ski und Pickelbefestigung

Anorak mit Kapuze

Hose (wind und wasserfest)

Fleece Jacke oder Pullover

Funktionswäsche, eventuell Reserve

Handschuhe (eventuell Reserve) und Mütze

Sonnenschutz (Hut, Creme, Lippenstift)

Sonnenbrille / Skibrille

Thermosflasche

Stirnlampe

Erste Hilfe Set inkl. Rettungsdecke (jede zweite Person nach Absprache)

Biwaksack für 2 Personen (jede zweite Person nach Absprache)

Personal- oder Lichtbildausweis und AV-Ausweis

Telefon mit gespeicherten Nummern (Führer, Teilnehmer, Notruf)

Tourenski mit Bindung (eingestellt)

Steigfelle (Kleber kontrollieren)

Harscheisen

Skistöcke mit Tiefschnee-Teller

Tourenskischuhe mit Profilgummisohle

LVS-Lawinenschüttensuchgerät (3 Antennen-Standard) inkl. kontrollierte Batterien
Lawinsonde und Lawinenschaufel

Helm (Ski und Steinschlag Kombi)

Führer und Selbstständige:

Landkarte, Busssole, Höhenmesser, eventuell GPS

Stop or Go - Kärtchen, Gebietsführer oder Tourenbeschreibungen

Nach Bedarf

Jause und Verpflegung

Kamera, Fernglas

Gletscherset:

Bergseile nach Absprache mit Führer

Hüftgurt (angepasst)

Steigeisen (angepasst)

Eispickel ca. 60cm

3 HMS-Schraubkarabiner (je nach Tour Expressschlingen inkl. Schnapper)

1 Abseilgerät (z.B. Reverso)

3 Reepschnüre 5-6mm (5, 3, 1m)

2 Bandschlingen (vernäht 60, 120cm)

1 Eisschraube (ca. 22cm)

Bei Übernachtung auf Alpenvereinshütten

Hüttenschlafsack (Pflicht auf Alpenvereinshütten)

Toilettenbeutel

Reservewäsche und Socken