

Ausrüstungsliste 2 Bergwandern

Trekkingschuhe mit Profilgummisohle, knöchelhoch

Rucksack

Wander- Berghose

Anorak und Überhose (wind und wasserfest)

Fleecejacke oder Pullover

Funktionswäsche, event. Reserve

Mütze und Handschuhe

Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)

Trink-Thermosflasche

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

Biwaksack für 2 Personen (jede zweite Person nach Absprache)

Stirnlampe

Personal- oder Lichtbildausweis und AV-Ausweis

Telefon mit gespeicherten Nummern (Führer, Teilnehmer, Notruf)

Führer und Selbstständige:

Landkarte, Höhenmesser, eventuell GPS

Gebietsführer oder Tourenbeschreibungen

Nach Bedarf

Reepschnur 5-6m (je nach Tour)

Teleskop-Wanderstöcke (Rucksack mit Stockbefestigung)

Jause und Verpflegung

Kamera

Fernglas

Gamaschen (je nach Schneelage)

Grödel (je nach Verhältnissen)

Bei Übernachtung auf Alpenvereinshütten

Hüttenschlafsack (Pflicht auf Alpenvereinshütten)

Toilettenbeutel

Reservewäsche und Socken