

Ausrüstungsliste 4

Hochtour

Bergschuhe steigeisenfest
Rucksack mit Pickelbefestigung
Berghose
Anorak und Überhose (wind und wasserfest)
Fleecejacke oder Pullover
Funktionswäsche, event. Reserve
Mütze und Handschuhe (ev. Reserve)
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

Teleskop-Wanderstöcke (Rucksack mit Stockbefestigung)
Jause und Verpflegung
Kamera, Fernglas

Gletscher und Fels-Set

Alpinhelm
Hüftgurt
3 Reepschnüre 5-6mm (5m, 3m, 1m)
3 Bandschlingen vernäht 60cm, 120cm, 140cm
1 HMS- Schraubkarabiner
2 Schraubkarabiner
1 Abseilgerät (z.B. Reverso)
Steigeisen angepasst
Eispickel
1 Eisschraube ca. 20cm
Bergseile nach Absprache mit Führer

Zusätzlich je nach Tour laut Führer:

1 Weitere Eisschraube ca.20cm
1-2 Expressschlingen samt Schnapper
1-2 Friends mittlere Größen

Bei Übernachtung auf Alpenvereinshütten

Hüttenschlafsack (Pflicht auf Alpenvereinshütten)
Toilettenbeutel
Reservewäsche und Socken