

Skitouren Ausrüstung

Ausrüstung

- * LVS-Gerät
- * Lawinenschaufel und Sonde
- Tourenski mit passenden Steigfellen (ca. 85mm Mittelbreite)
- Skitourenschuhe
- Harscheisen
- Teleskopstöcke mit großen Tellern
- Tourenrucksack ca. 30L
- Leichter Tourenhelm

Bekleidung

- Funktionsunterwäsche
- Funktions T-Shirt kurz/langarm
- Funktionssocken
- Klein packbare und leichte Insulationsjacke, am besten mit Kapuze, mit PrimaLoft- oder Daunenfüllung
- Tourenhose aus Softshell/Windstopper
- Winddichte Jacke mit Gore-Tex
- Warme Handschuhe, zusätzlich dünne Handschuhe
- Warme Mütze, Stirnband, Buff
- Sonnenbrille, Skibrille

Hüttenübernachtung

- Persönliche Medikamente
- Kleines Microfaser-Handtuch
- Zahnbürste & Zahnpasta
- Hüttenschlafsack
- Wechselkleidung, Stirnlampe

Zusätzlich bei vergletschertem Gelände

- * Hochtourenseil
- * 2 HMS Karabiner, 2 Normalkarabiner
- * 1 Eisschraube
- * 1 Karabiner mit Dreifachsicherung
- * Steigeisen
- * Leichter Pickel

Essen

- Leichte Thermosflasche für 1L Getränk
- Riegel, Nüsse, Schokolade

Deine Vorbereitung ist uns wichtig

Wähle funktionelle Bekleidung, die Feuchtigkeit gut nach außen transportiert. Wende das Mehrschichten Prinzip an, so kannst du bei Temperaturschwankungen optimal reagieren. Packe nicht zu viel ein. Du wirst staunen, wie wenig du wirklich brauchst. Wir empfehlen Rucksäcke mit einem Packvolumen von ca. 30 Liter.

Leihhausrüstung

* Die Notfallausrüstung Lawine besteht aus: Rucksack, LVS Gerät, Lawinenschaufel, Lawinsonde und bei vergletschertem Gelände stellen wir zusätzlich die Hochtourenausrüstung zur Verfügung.

** Den ABS Rucksack kannst du kostengünstig in unserer Alpenschule leihen.