

Ausrüstungsliste für Skitouren

Für Tagesskitouren	
1 x	Rucksack ca. 30 L mit Eispickelbefestigung
1 x	Thermosflasche ca. 1L (Bei Kälte frieren Trinkblasen ein)
1 x	Zwischenverpflegung wie Müsliriegel etc.
1 x	Shirt bzw. Skiunterwäsche
1 x	Softshelljacke atmungsaktiv für den Aufstieg
1 x	Softshell- bzw. Skitourenhose
1 x	Hardshelljacke als Windschutz oder bei Schneefall
1 x	Isolationsjacke (Daune oder Primaloft) sollte sich komprimieren lassen
1 x	Mütze, Stirnband, Neckwarmer etc.
1 x	Fingerhandschuhe und auch warme Handschuhe oder Fäustlinge
1 x	Sonnencreme, Blasenpflaster, <i>(Optional: leichter Bivaksack, Erste Hilfe)</i>
1 x	Sonnenbrille für den Aufstieg
1 x	Skibrille (sehr wichtig bei Schneefall, Wind etc...)
Hardware Skitourenausrüstung	
1 x	Tourenski mit Fellen und Harscheisen, Stöcke mit Tiefschneeteller
1 x	LVS Ausrüstung: Schaufel, Sonde, LVS-Gerät (mit vollen Batterien)
Skihochtourenausrüstung (mit Gletscherkontakt)	
1x	Hochtourengurt – obligatorisch (Kann auch ausgeliehen werden)
1x	Steigeisen für die Skitourenschuhe – obligatorisch (Kann auch ausgeliehen werden)
1 x	Eispickel – obligatorisch (Kann auch ausgeliehen werden)
1 x	Ball Lock Karabiner – obligatorisch (Kann auch ausgeliehen werden)
1 x	Helm
<i>Spaltenbergungsausrüstung optional:</i>	
2 x	HMS Karabiner
2 x	Schnappkarabiner
1 x	Bandschlinge 120cm
2 x	Reepschnur min. 3m
1 x	Optional Microtraxion, T-bloc usw...
Bei 2 Tages- bzw. Hüttentouren	
1 x	Leichter Hüttenschlafsack
1 x	Ersatz T-Shirt nur für den Hüttenzustieg
1 x	Hygieneartikel, Oropax, Blasenpflaster, eigene Medikamente falls nötig
1 x	Alpenvereinsausweis, Ladekabel
1 x	Stirnlampe aufgeladen