

Ausrüstungsliste **Skitourenkurs**

Bekleidung:

- Atmungsaktive und wasserabweisende Skitourenhose
- Wasserdichte Jacke und Überhose
- Daunen- oder Primaloftjacke
- Funktionelle Skiunterwäsche mit Wechselshirt (ideal aus Merinowolle)
- 2 Paar Skisocken
- Stirnband, warme Haube und Sonnenschutz
- Handschuhe (1 Paar dünn, 1 Paar warm)
- Reservekleidung für die Hütte

Technische Ausrüstung:

- Evtl. Skitourenhelm
- Skibrille
- (Leichte) Tourenskiausrüstung (Ski, Skitourenschuhe, Felle, Teleskopstöcke und Harscheisen)
- Kompakter Rucksack 25 - 30 l
- * Modernes 3-Antennen LVS-Gerät, Metallschaufel und Sonde

Diverses:

- Topographische Karte des Gebiets
- Sonnenbrille
- Sonnencreme und Lippencreme mit sehr hohem Lichtschutzfaktor
- Mobiltelefon
- Stirnlampe
- Kleines Erste Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten
- Für Brillenträger: Ersatzbrille
- Trinkflasche mit mindestens 1-2 Liter isotonischem Getränk
- Energiereiche und gut verdauliche Jause (Jausenbrot, Müsliriegel, Gels, Schokolade)
- Hygieneartikel im Kleinformat und dünner Hüttenschlafsack aus Seide oder Baumwolle
- Ausreichend Bargeld

Mit einem * gekennzeichnete Ausrüstungsgegenstände können kostenfrei geliehen werden. Wird Leihausrüstung benötigt muss dies bei der Buchung mitgeteilt werden. Die restliche Ausrüstung muss von jedem Teilnehmer vollständig mitgeführt werden, Ausnahmen können nach Absprache mit dem Bergführer erfolgen.