

Ausrüstungsliste Schitouren

Notfallausrüstung: LVS-Digital 3Antennen

Aluschaufel

Sonde Länge 240cm

Verbandszeug

Bivaksack

Mobiltelefon mit eingespeicherter Notrufnummer (Bergrettung: 140

Euronotruf 112)

Empfehlenswert: Helm, Lawinenairbag

Tourenski mit Bindung

Steigfell

Harscheisen (für hartem Schnee)

Teleskopstöcke

Tourenschischeuhe

Karte, Bussole, ev. GPS oder Smartphon mit Navigationsapp

Für Eintagestouren:

Rucksack 25-30l Volumen

Primaloft-Goretex-Jacke mit Kaputze

Tourenschihose

Ev. Softshelljacke

Wind und Wasserabweisende Schihandschuhe

Haube

Sonnenbrille

Schibrille

Transtex od. anderer Pullover

Funktions Unterwäsche

Tourenschisocken

Unterlaibchen zum Wechseln

Multifunktionswerkzeug (Leatherman)

ev. Stirnlampe,

Fellkleberreparaturset od. dicke Kabelbinder und Schifix mit Klett

Thermosflasche 0.5-1l

Müsli od. Schokoriegel bzw. Trockenfrüchte

Für 2. od. Mehrtagestouren zusätzlich:

Kompl. Reserveunterwäsche Haube und Handschuhe
Thermosflasche 1-1.5l

Blasenpflaster
Sonnenscreme LFS 30 od. Höher
Lippenschutz

Stirnlampe
Fellkleberreparaturset od. dicke Kabelbinder und Schifix mit Klett

Gebietsführer und Karten bzw. GPS Tracks

Ladekabel für Mobiltelefon
Reservebatterien für GPS

Hüttenschlafsack
Zahnbürste
Kl. Handtuch
AV-Ausweis

Gerhard Brandmair
Staatl. Gepr. Instruktor Schi + Schihochtour und Sportklettern

04.12.2015

0664 / 2462400