Ausrüstungsliste Skitouren

- ◯ Rucksack (ca. 30 Liter)
- ◯ Tourenski mit Tourenbindung inkl. Stopper
- ◯ Teleskopstöcke / Skistöcke
- ◯ Tourenskischuhe mit Profilsohle
- ◯ Steigfelle (auf Ski passend)
- ◯ eventl. Harscheisen (zu Bindung u. Ski passend)
- ◯ LVS-Gerät (Modernes Gerät, Batterien?)
- ◯ Lawinenschaufel (bevorzugt aus Metall)
- ◯ Lawinensonde (mind. 240 cm lang)
- ◯ Thermosflasche (min. 1 Liter)
- ◯ Tourenverpflegung (Riegel, Schoko, Nüsse,…)
- ◯ Sonnen- / Gletscherbrille
- ◯ Sonnenschutzcreme
- ◯ Lippenschutz
- ◯ Funktionsunterwäsche (Synthetik oder Wolle)
- ◯ Skisocken (Synthetik oder Wolle)
- ◯ Fleece- u./o. Isolationsjacke (Mittelschicht)
- ◯ Handschuhe leicht für Aufstieg
- ◯ Handschuhe warm / Fäustlinge
- ◯ Skitourenhose
- ◯ Jacke / Anorak (wind-/wasserdicht z.B. Gore Tex)
- ◯ event. Jacke / Weste für Aufstieg (winddicht?)
- ◯ event. Isolationsjacke (Daune oder Kunstfaser)
- ◯ Mütze
- ◯ event. Stirnband o. HAD / BUFF
- ◯ Biwaksack (1 pro 2 Bergsteiger)
- ◯ Erste-Hilfe-Set (1 pro 2-3 Bergsteiger)
- ◯ Empfohlen: Helm (Skihelm o. Multifunktionshelm)
- ◯ Empfohlen: Airbagsystem
- ◯ event. Höhenmesser / GPS-Gerät
- ◯ Handy
- ◯ Digitalkamera
- ◯ Taschentücher
- ◯ OeAV-Ausweis
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....
- ◯ .....