

AUSRÜSTUNGSLISTE FÜR SKIHOCHTOUR-DURCHQUERUNG

SKIAUSRÜSTUNG

1. Tourenski (Mittelbreite von 90-110mm) + Tourenbindung + passende Steigfelle
2. Tourenskischuhe
3. Tourenstöcke
4. Harscheisen
5. Gummistrap

BEKLEIDUNG

1. wasserdichte Hardshelljacke und-hose (Alternativ je nach Wetter Softshellhose)
2. (winddichte Softshelljacke mit Kapuze)
3. (Fleecejacke/-weste)
4. Isolationsjacke (Daune oder Synthetik-Daune ist unschlagbar im Isolationswert; Synthetik sollte gewählt werden, wenn man mit nass-feuchten Bedingungen rechnen muss)
5. 2 Paar Handschuhe: 1 Paar sehr warme Fäustlinge oder 3-Finger Handschuhe; 1 Paar leichtere Softshell Handschuhe
6. warme Mütze
7. Buff-Tuch
8. (Kappe)

SONSTIGE BEKLEIDUNG

1. Leichtes Wechsel-T-Shirt; idealerweise Merino
2. Leichtes Wechsel-T-Shirt; idealerweise Merino
3. Longsleeve; idealerweise Merino
4. lange oder $\frac{3}{4}$ Unterhose
5. 2 x Merino Skisocken
6. 2 x Merino-Unterhose

SICHERHEIT, SCHUTZ UND NOTFALL

1. LVS Gerät (3 Antennen) mit neuen Batterien
2. Lawinensonde
3. Lawinenschaufel aus Aluminium
4. Rucksack (30-45 L) – ABS Rucksack ja/nein bleibt jedem selbst überlassen
5. Buff-Tuch