



Ausrüstungsliste_eintägige Skitour

Bekleidung

- Handschuhe + Haube (1x dünn und 1x warm)
- Jacke, wind- und wasserdicht
- Primaloft- oder Fleecejacke
- Skitourenhose + lange Unterhose + Überhose
- Funktionsunterwäsche + Wechselleiberl
- Skisocken

Technische Ausrüstung normgerecht (CE-Zeichen) und modern

- Rucksack ca. 25-35L (optional mit ABS-System)
- Skitourenschuhe (Bindung darauf eingestellt)
- Skitourenski + Bindung + Harscheisen + Klebefelle (gut haftend)
- Teleskopskistöcke (mit Schneeteller)
- LVS (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät) mit neuen Batterien oder >50%
- Lawinensonde + Lawinenschaufel (aus Metall)

Allgemeines

- Mobiltelefon aufgeladen
- Trinkflasche oder Thermosflasche
- Stirnlampe mit neuen Batterien
- Sonnenbrille (gut abschließend) + Sonnencreme + Lippestick + Kapperl
- Skibrille
- Jause für tagsüber (z.B. Nüsse, Müsliriegel, Schoko,...)
- Erste Hilfe mit Leukotape
- Zweimann-Biwaksack

Optional (falls vorhanden)

- Skihelm (empfohlen)
- Mitgliedsausweis alpiner Vereine (Naturfreunde, ÖAV, DAV, SAC)
- Kamera

Falls etwas ausgeliehen werden muss, bitte um rechtzeitige Kontaktaufnahme!!!