

Ausrüstungslisten

Für dein Abenteuer in den Bergen ist unbedingt die richtige Ausrüstung zwingend. Hier findest du das Material, welches für eine Bergtour im Sommer oder Winter notwendig ist.

Ausrüstung Bergtour

Allgemeines Material

- Rucksack 20-30l
- Klettergurt inkl. 2 - 3 Schraubkarabiner plus Selbstsicherungsschlinge
- Steigeisen inkl. Antistoll
- Pickel
- Wanderstöcke
- Helm
- Bergschuhe

Bekleidung

- Tourenbekleidung
- Wetterschutzjacke
- Wetterschutzhose
- Thermounterwäsche
- Primaloft oder Faserpelzjacke (Schichtenprinzip)
- Mütze oder Stirnband
- Tourenhandschuhe (1 Paar dünne / 1 Paar dicke)

Diverses

- Halbtax oder GA
- Verpflegung zwischendurch (Riegel, Dörrfrüchte, Nüsse, Trockenfleisch, Brot, Schokolade)
- Thermosflasche/Trinkflasche mit Getränk ca. 1l
- Sonnencreme und Lippenschutz
- Sonnenbrille
- evtl. kleine Apotheke und eigene Medikamente

Ausrüstung Tagesskitour

Allgemeines Material

- Rucksack 20-30l
- Tourenski
- Tourenskischuhe
- Skihälfte und passende Harscheisen
- Teleskopskistöcke oder Skistöcke (grosse Teller)
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS) 3-Antennen mit Markierfunktion
- Lawinenschaufel mit Metallblatt
- Lawinensonde mind. 220cm lang
- Skistrap

Bekleidung

- Wetterschutzjacke
- Wetterschutzhose
- Skisocken
- Thermounterwäsche
- Primaloft oder Faserpelzjacke (Schichtenprinzip)
- Mütze oder Stirnband
- Tourenhandschuhe (1 Paar dünne / 1 Paar dicke)

Diverses

- Halbtax oder GA
- Verpflegung zwischendurch (Riegel, Dörrfrüchte, Nüsse, Trockenfleisch, Brot, Schokolade)
- Thermosflasche/Trinkflasche mit Getränk ca. 1l
- Sonnencreme und Lippenschutz
- Sonnenbrille
- Skibrille
- evtl. Skihelm
- evtl. kleine Apotheke und eigene Medikamente