PACKLISTE

HOCHTOURENKURSE

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack (ca. 30-40 Liter, mit Pickelbefestigung)
- Bergschuhe (mit Profilsohle, tauglich für Steigeisen- ideal: Kipphebelbindung hinten)
- evtl. Gamaschen
- Stirnlampe
- Kletter- oder Hochtourengurt
- Helm
- Steigeisen mit Antistollplatte
- Klassischen Eispickel, ca. 60 cm lang
- Eisschraube 22cm
- 1 HMS Karabiner, 3 Verschlusskarabiner, 2 normale Karabiner
- Kleine Seilklemme, z.B. Tibloc und/oder Micro Traxion
- 2 Bandschlingen (120cm)
- 3 Reep Schnüre (Kevlar oder Dyneema) Ø 6mm: (1,5m, 3m, 5m)

VERPFLEGUNG & SONSTIGES

- Trink-/Thermosflasche (mind. 1 Liter)
- Tourenverpflegung (nach Vorliebe z.B. Müsli-/Fruchtriegel, Trockenobst, Speck, Brot)
- Sonnen-/Gletscherbrille (hochwertiges Glas)
- Sonnenschutzcreme (mind. Faktor 30)
- Lippenschutz
- Toilettenpapier

Bei Übernachtung:

- Hüttenschlafsack (Seide/ Baumwolle)
- Toilettensachen
- Alpenvereinsausweis
- Wechselwäsche
- Ladegerät samt Kabel
- evtl. Powerbank

BEKLEIDUNG

- Funktionsunterwäsche (Synthetik oder Wolle)
- Socken
- Pullover/Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Softshelljacke
- Tourenhose (Softshell, ...)
- Jacke und evtl. Überzugshose (wasser-/winddicht, z.B. Goretex)
- leichte Daunenjacke
- Mütze, evtl. Sturmhaube
- Sonnenhut/Buff/Schildmütze
- dünne und dicke Handschuhe

PERSÖNLICHE AUSRÜSTUNG

- Alpenvereinsausweis
- Bargeld
- evtl. Fotoapparat
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

alpinist.it