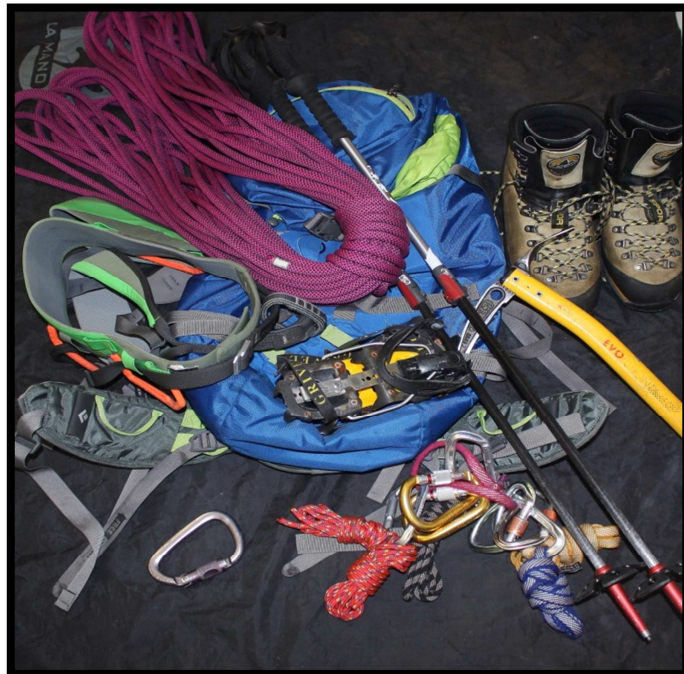


Ausrüstungsliste Hochtouren





Technische Hochtourenausrüstung – Gratis Service Paket von Bergführer Tirol

- passender Hüftgurt – nicht älter als 5 Jahre.
- Steigeisenfeste Schuhe Typ C oder D (Schuhe werden nicht zur Verfügung gestellt)
- Auf das Schuhwerk angepasste Steigeisen mit Antistollplatte.
- Safebinder (Petzl oder DMM)
- 1 HMS Karabiner.
- 1 Schraubkarabiner.
- 2 gleichschenklige Materialkarabiner – Schnapper.
- Bandschlinge 120 cm.
- 5 mm Reepschnur mit 5 meter Länge.
- Bei Bedarf Teleskopstöcke./ Eigene Entscheidung
- Eispickel ca. 50 – 70 cm Schaftlänge.

Für Unterwegs

- Gamaschen.
- Handschuhe.
- Warme Mütze.
- UV geprüfte Sonnenbrille Kategorie 3 – 4.
- Warme Funktions Unterwäsche / evtl. lange oder $\frac{3}{4}$ lange Unterhose.
- Sonnenschutzcreme / hoher Schutzfaktor.
- 2 – 3 lagige Gore Jacke.
- Evtl. Überhose.
- Tourenhose / Skitourenhose geht auch.
- Fleejacke / Skirolli / Primaloft
- Ski bzw. Wandersocken
- Thermoskanne / Nüsse, Müsliriegel, Trockenobst

Nicht vergessen

- Stirnlampe
- Waschzeug / bei Bedarf Ihre persönlichen Medikamente
- Dünne leichte Hose für den Abend
- evtl. Hüttenschuhe – geringes Packmaß, auf vielen Hütten vorhanden
- Hüttenschlafsack / Seide
- sonstige Wäsche zum wechseln
- Fotoapparat / evtl. kleines Fernglas
- Taschenmesser
- Brotzeitbeutel / Keine Tupperware oder ähnliches
- Ausweis, Bargeld, EC – Karte, Auslandsversicherung

Bitte Bedenken Sie, Ihren Rucksack sollten Sie 6 – 10 Std. ohne Probleme tragen können, packen Sie deshalb bitte nur das ein was Sie auch wirklich benötigen!



Bernd Werner • staatl.gepr.Berg & Skiführer • Skilehrer
Ahrn 203 A – 6105 Leutasch / Tirol
tel. + 43 (0) 5214 20 170 • mobil + 43 (0) 664 7332 6060
mail. info@bergfuehrer-tirol.com • www.bergfuehrer-tirol.com