

## Ausrüstung Skihochtour:



### Grundlegende Ausrüstung:

Rucksack

Touren-Skischuhe

Tourenski

Teleskop-Skistöcke

Steigfelle

Harscheisen

LVS-Mehrantennen-Gerät

Lawinenschaufel

Lawinensonde

Wetterschutz (Jacke, Überhose, Regenüberzug)

Handschuhe (2 Paar) und Mütze

Sonnenschutz (Sonnencreme, Gletscherbrille, Hut, Lippenstift)

Funktionswäsche, auch Wechselwäsche

Erste-Hilfe-Set mit Rettungsdecke

Biwaksack

Unzerbrechliche Trinkflasche oder Thermosflasche (min. 1L)

Brotzeit, Snacks

Stirnlampe oder Taschenlampe

Personal- und DAV-Ausweis

Gamaschen (optional)

### Hüttenübernachtung:

Hüttenschlafsack

Hüttenschuhe

Zahnputzzeug

Seife

Handtuch

Wechselwäsche

Bargeld

### Gletscher-/Eisrüstung:

Alpinhelm/Skihelm

Sitzgurt/Hüftgurt

Steigeisen (mit Frontalzacken)

Eispickel

Eisschraube

2x HMS-Karabiner

3x Normalkarabiner

Sicherungsgerät mit Abseilfunktion

2 Bandschlingen (60cm und 120cm)

3 Prusikschlingen (1m, 2m und 4m lang)

Seil (mit Leiter abklären)