

1. Bekleidung

- Tourenhose
- Isolationsjacke
- Handschuhe
- Fleecejacke
- Funktionsunterwäsche
- Socken
- Mütze / Schal oder Halstuch
- Hardshelljacke
- Skibrille / Sonnenbrille
- Gamaschen

2. Ausrüstung

- Rucksack (Lawinenrucksack) mit Skihaltemöglichkeit
35-50l je nach Tour
- Stabile Schuhe
- Tourenstöcke (große Teller)
- Stirnlampe
- Schneeschuhe

3. Lawinenausrüstung

- Schaufel
- Sonde
- LVS-Gerät
- Biwaksack
- Lawinenlagebericht
-

4. Das sollte immer dabei sein

- Karten
- Kompass
- Telefon (aufgeladen)
- Erste-Hilfe Set inkl. Rettungsdecke und
Blasenpflaster
- wenn nötig persönliche Medikamente
- Bargeld
- Ausweis / Ausweis Alpenverein
- Trinkflasche und ausreichend Wasser mind. 1,5l
- Thermoskanne
- Taschenmesser
- Proviant
- Kleiner Müllbeutel
- Sonnenschutz

5. Falls auf der Hütte übernachtet werden soll

- Wechselkleidung (Hose, Shirt, Pullover, Socken)
- Hüttenschuhe
- Hüttenschlafsack
- Ohrstöpsel (wer braucht)
- Waschbeutel (mit Zahnpaste, Zahnbürste, Seife)
- Handtuch

6. Wenn noch Platz im Rucksack ist

- Kamera
- Fernglas
- Taschentücher
- Sitzunterlage

