



Ausrüstungsliste für Einsteigertouren

Bekleidung

Funktionsunterwäsche

Socken

Tourenhose

Isolationsjacke

Windschutz

Handschuhe (Vorteil: Leichtes Paar für Anstieg, dickes Paar für Abfahrt)

Mütze

Helm (fakultativ)

Lawinenausrüstung

LVS mit Batterie > 50%

Sonde 2.4m

Schneeschaufel

Immer dabeihaben

Lunch

Warmes Getränk (1L)

Erste Hilfe-Set / persönliche Medikamente / Blasenpflaster

Persönliches Notfallblatt in der Deckeltasche des Rucksacks

Ausweise Rega / SAC

Telefon (aufgeladen)

Sonnenschutz > Faktor 30

Sonnenbrille

Sonnenschutz

Skibrille

Bargeld

Taschenmesser

Für Skifahrer

Rucksack

Tourenski

Tourenskischeuhe

Felle

Harscheisen

Skistöcke

Für Snowboarder

Rucksack mit Tragsystem für Snowboard

Schneeschuhe oder Splitboard mit Fellen und Harscheisen

Boots

Skistöcke