



AUSRÜSTUNGSLISTE SKITOURENKURS

BEKLEIDUNG

- Funktionsunterwäsche + Skisocken
- warme Bekleidung
- Skitourenhose
- Primaloft Jacke oder Daunenjacke
- wasserabweisende Jacke und Hose
- Stirnband/Mütze/Kappe als Wärme- bzw. Sonnenschutz
- 2 Paar Handschuhe (1x dünn, 1x dick)
- Ersatzbekleidung zum Umziehen
- angenehme Kleidung für Theorieeinheiten und Übernachtung

AUSRÜSTUNG

- Rucksack mit Skibefestigung (ca. 30L + ABS wenn vorhanden)
- Tourenski, dazu passende Bindung, Schuh und Felle
- Skihelm mit Skibrille
- Skistöcke mit großem Teller
- Harscheisen
- Lawinenausrüstung (LVS-Gerät, Lawinenschaufel, Lawinensorde mind. 240cm lang)

DIVERSES

- Jause und ausreichend Flüssigkeit zum Trinken (Thermosflasche empfohlen)
- Sonnenbrille
- Sonnencreme + Lippenpflege mit Sonnenschutzfaktor
- Hütten schlafsack (nicht notwendig bei Kursen mit Hotelübernachtung)
- Toilettartikel + kleines Handtuch
- Bargeld
- Alpenvereins- oder Naturfreundeausweis (falls vorhanden)
- Erste-Hilfe-Paket

*Auf Anfrage können Teile der Ausrüstungen für die Tour ausgeliehen werden.
Dies muss jedoch vor der Tour bekanntgegeben werden.*

BERND MATLSCHWEIGER

Lassing 101, 8903 Lassing | +43 664 20 32 607

bernd@mountainschweiger.at | www.mountainschweiger.at