






Ausrüstungs-Checkliste für Einzelpersonen



Material pro Person

					
Rucksack	✓	✓	✓	✓	✓
Wanderschuhe/Trekkingschuhe	✓	✓	✓		
Bergschuhe steigeisenfest				✓	
Ski-/Teleskopstöcke	✓	✓		✓	✓
Kletterhelm			✓	✓	
Klettergurt			✓	✓	
Steigeisen (angepasst) mit Antistoll				✓	
Pickel				✓	
Schraubkarabiner			✓	✓	
Prusikschlinge			✓	✓	
Abseilgerät			✓		
Kletterfinken			✓		
Gamaschen				✓	
Sonnenbrille, Sonnenhut	✓	✓	✓	✓	✓
Mütze und/oder Stirnband	✓			✓	✓
Handschuhe (dicke und dünne)	✓	✓		✓	✓
Tourenhosen	✓	✓	✓	✓	✓
Dünne Regenhosen		✓		✓	
Regenjacke/Goretexjacke	✓	✓	✓	✓	✓
Daunenjacke oder Primaloft		✓		✓	✓
Windstopper/Softshelljacke	✓	✓	✓	✓	✓
Lange Unterwäsche, Langarmshirt		✓		✓	✓
Ersatzwäsche (T-Shirt, Socken, ...)	✓	✓		✓	✓
Hüttenschlafsack/Seidenschlafsack		✓		✓	
Stirnlampe		✓		✓	
Hüttenfinken für Kinder		✓			
Trink-/Thermosflasche	✓	✓	✓	✓	✓
Verpflegung	✓	✓	✓	✓	✓

Material pro Person					
Persönliche Medikamente	✓	✓		✓	
Toilettenartikel in Kleinformat		✓		✓	
Oropax		✓		✓	
LAV-Ausweis		✓		✓	
Portemonnaie/Ausweis/1/2-Tax	✓	✓		✓	✓
Tourenski					✓
Steigfelle (evtl. Ersatzkleber)					✓
Tourenskischuhe					✓
Harscheisen					✓
LVS (Kontrolle Batterien)					✓
Skihelm, Skibrille					✓
Lawinensonde					✓
Lawinenschaufel					✓



Wandern



Sportklettern



Skitour



Hüttentour



Hochtour

Diese Ausrüstungs-Checkliste soll dir eine Gedankenstütze sein, damit das Wichtigste nicht vergessen geht. Von Vorteil ist, nicht zu viel einzupacken. Beim Sicherheitsmaterial darf jedoch nicht gespart werden; Gewicht sparen kannst du dafür gut bei Kleidern und Proviant.

Wichtig:

Packe jeweils nur das Nötigste und der Tour entsprechend ein, denn ein leichter Rucksack erhöht den Erlebniswert und den Sicherheitsaspekt deutlich!