

## **Ausrüstungsliste:**

### **Allgemeine Bekleidung, Ausrüstung für den Sommer**

- Rucksack (Tagestour 30-50 ltr., Hüttentour 40-70 ltr.)
- Bergschuhe
- gut passende Socken (auch zum Wechseln)
- Tourenhose - schnell trocknendes, leichtes Material (auch zum Wechseln), ggf. zusätzliche kurze Hose
- Funktionsunterwäsche (Baumwolle ist ungeeignet)
- Hemd, T-Shirt (Funktionsbekleidung, auch zum Wechseln)
- **Regenschutz**, Jacke & -Hose möglichst aus atmungsaktivem Material (z.B. GoreTex, Sympatex, etc.)
- **Sonnenschutz**: Mütze mit Schild, Sonnenbrille, Sonnenschutz für Haut & Lippen mit hohem Lichtschutzfaktor
- **Kälteschutz**: Warme Fleecejacke oder Pullover, Warme Mütze (Ski- oder Wollmütze) & Handschuhe (bei kaltem Wetter sollen mehrere dünne Lagen übereinander gezogen werden können => Zwiebelmethode)
- Gamaschen? (für das Begehen von Schneefeldern) – ja/nein
- **Hüttenbekleidung** für abends (Leichte Kleidung, Baumwoll-T-Shirt, etc...)
- **Hüttenschuhe** (das Tragen der Bergstiefel innerhalb der Hütte ist i. d. Regel **verboten**)
- **Hüttenschlafsack**, oder leichten anderen Schlafsack
- Taschenlampe, Stirnlampe
- persönliche Medikamente
- Erste Hilfe Material, Rettungsdecke, Schiene – ja/nein
- Biwacksack – wer hat
- Taschenmesser
- Trink- oder Thermosflasche (mindestens 1-Liter Inhalt)
- Tourenverpflegung (z.b. Müsli-Riegel, Kekse, Brot, Kekse, Käse, Obst, Traubenzucker...)
- Waschzeug, feuchte Tücher, Toilettenpapier für unterwegs,
- Personalausweis, DAV-Ausweis?, Mautkarten?, Autobahnvignetten?
- Karten?, Kompass?, Planzeiger?, Höhenmesser?, GPS?, Trillerpfeife für Notfälle
- Geld
- Gerödel, Steigeisen, Pickel – ja/nein
- Tourenskistöcke (Teleskopstöcke)

Bei allen Ausrüstungsgegenständen sollte auf Zweckmäßigkeit (geringes Gewicht) geachtet werden. Es muss alles in den Rucksack passen und mehrere Stunden getragen werden (können)!!!!!!

### **Fehlt nur noch schönes Wetter – Viel Spaß!!!!**

---

#### **Zusatzausrüstung für den Winter:**

Entsprechende Jacke & Hose, Handschuhe

Tourenski & Felle (ggf. Schneeschuhe), Tourenskischuhe, VS-Gerät, Schaufel, Sonde, Skibrille, Reepschnüre,