



# Packliste für Skihochtouren Kurs

Packe leicht, so hast du mehr Power in den Beinen – es lohnt sich!

## Standardausrüstung

- Skitourentaugliche Kleidung
  - Skitourenhosen und ev. lange Unterhosen
  - T-Shirt, langes Unterleibchen, Pulli, Wärmejacke, Wasserfeste Jacke
  - Stirnband, Mütze und Buff oder Gesichtsschutz für Hudelwetter
  - Dünne und dicke Handschuhe
- Tourenski mit Fellen, Harscheisen und Skistöcken
- Tourenskischuhe
- LVS, Schaufel und Sonde
- Skihelm oder Kletterhelm
- Skibrille
- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- ev. Sonnenhut
- Tourenrucksack ca. 35l auf Skis aufgebunden werden können
- Trinkflasche / Thermosflasche
- Lunch für alle Tourentage: Gut geeignet dafür Snacks, die schnelle Energie liefern und wenig Platz benötigen, zum Beispiel Riegel, Trockenfrüchte und Nüsse, aber auch Biberli, Gummibärchen, Kracker und Käse

## Für Hüttenübernachtungen

- Seidenschlafsack
- Wenig Ersatzwäsche
- Bargeld
- Ev. Oropax
- Toilettenartikel

## Unsere Bergführer haben folgendes zusätzlich dabei:

- Karte, Kompass, GPS
- Notfallapotheke fürs Gebirge, Sam Splint, Notfall Biwaksack
- Rega Funk oder Satellitenmessenger
- Reparaturset für Tourenskis und Bindungen
- Fellwachs
- Rap Line oder Seil
- Zusätzlich technisches Material fürs Gebirge (Spaltenrettung & Felssicherung)

Eine detaillierte Packliste findest du auf [unserer Website](#).

## Für Gletscher und Hochgebirge

- Pickel
- Steigeisen
- Klettergurt
- 3x Schraubkarabiner, 2x Schnappkarabiner
- 2x Bandschlinge 120cm
- Helle Stirnlampe
- Micro oder Nano Traxion, Prusik, Reepschnur ca. 6m, 1-2 Eisschrauben