

Ausrüstung Hochtour/Eistour:



Grundlegende Ausrüstung

steigeisenfeste Bergschuhe
Rucksack

Wetterschutz (Jacke, Überhose, Regenüberzug)
Handschuhe (2 Paar) und Mütze
Sonnenschutz (Sonnenscreme, Gletscherbrille, Hut, Lippenstift)

Funktionswäsche, auch Wechselwäsche

Erste-Hilfe-Set mit Rettungsdecke
Biwaksack

Unzerbrechliche Trinkflasche oder Thermosflasche (min. 1L)
Brotzeit, Snacks

Stirnlampe oder Taschenlampe
Personal- und DAV-Ausweis

Teleskop-Stöcke (optional)
Gamaschen

Hüttenübernachtung:

Hüttenschlafsack
Hüttenschuhe

Zahnputzzeug
Seife
Handtuch

Wechselwäsche

Bargeld

Gletscherset/Eisrüstung:

Alpinhelm
Sitzgurt/Hüftgurt
Steigeisen (mit Frontalzacken)
Eispickel
Eisschraube

2x HMS-Karabiner
3x Normalkarabiner
Sicherungsgerät mit Abseilfunktion

2 Bandschlingen (60cm und 120cm)
3 Prusikschlingen (1m, 2m und 4m lang)

Seil (mit Leiter abklären)

