

Ausrüstungsliste Skitouren (auf Hütten)

Die Packliste ist eine Empfehlung und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sie ist ggf. individuell anzupassen.

Bekleidung	vorhanden	eingepackt	offen
Hardshelljacke			
Softshellweste			
Skitourenhose			
Softshelljacke o.ä.			
Langarmshirt aus Merinowolle oder Funktionsmaterial			
Wärmende Mütze / Stirnband			
Kappe als Sonnenschutz			
Daunenjacke o.ä.			
Handschuhe für Aufstieg / Abfahrt			
Funktions T-Shirts für tagsüber			
Nachtwäsche			
Skisocken			
Funktionsunterwäsche kurz / lang			
2 Sport – BHs			

Hygiene / Gesundheit:	vorhanden	eingepackt	offen
Seiden- oder Kunstfaserschlaflsack			
Hygieneartikel inkl. wasserdichtem Beutel			
Sonnencreme + Lippenchutz			
Mikrofaserhandtuch			
Blasenpflaster			
Erste Hilfe / Medikamente			
kleiner Biwaksack			

Unser Tipp:

Die ideale Rucksackgröße liegt zwischen ca. 28 und 35 Litern. Dein gesamtes Rucksackgewicht (kein ABS-Rucksack) sollte bei einer Skitour 7 kg nicht überschreiten. Bei Skihochtouren sind es ca. 2 kg mehr. Bei einem ABS Rucksack erhöht sich das Gewicht entsprechend. Es gilt das Motto: So viel wie nötig, so wenig wie möglich.

Eine Bitte:

Idealerweise imprägnierst Du Dein Fell vor der Abfahrt, damit es auf den Touren nicht stollt. Evtl. bringst Du auch Wachs mit.

Sonstiges:	vorhanden	eingepackt	offen
Geldbeutel inkl. Inhalt			
Ohropax o.ä.			
Ausweis / DAV-Ausweis			
Handy			
Stirnlampe			

Ausrüstung:	vorhanden	eingepackt	offen
Rucksack			
Sonnenbrille			
Skitourenschuhe			
Tourenski inkl. Bindung + Felle			
Stöcke			
LVS-Gerät, Sonde, Schaufel			
Harscheisen			

Verpflegung (je nach Tour)	vorhanden	eingepackt	offen
Riegel / Trockenobst / Nüsse			
Thermosflasche, Trinkflasche oder Trinkbeutel (mind. 1 Liter)			
Brot / Käse / Hartwurst / Obst			

Nice to have u. oft nützlich	vorhanden	eingepackt	offen
Kamera			
Hüttenschuhe			
Taschenmesser			



www.wilde-alpentouren.de