

Ausrüstungsliste Hochtouren

Allgemeine Bekleidung Sommer:

Funktionsunterwäsche (ev. lang)
Sportsocken oder Stutzen
Hemd oder Leiberl (=T-Shirt)
Pullover
Tourenhose
Fleecejacke
Regenbekleidung (Anorak bzw. Gore tex Jacke)
Überhose
ev. Sonnenhut oder Kappe
Taschentücher
Reservewäsche

Zusätzlich für Hochgebirge

Unterwäsche lang
Handschuhe (Fäustlinge), Haube (=Mütze), ev. Gamaschen

Allgemeine Ausrüstung Sommer:

Rucksack
Bergschuhe
Trinkflasche (min. 1 Liter)
Tourenproviant (je nach Länge der Tour)
Sonnen- (Gletscher-) brille
Sonnen- und Lippenschutz
ev. Fotoausrüstung

Ausrüstung Hochtouren:

Klettergurt
2 HMS-Twistlock (Schraub-) Karabiner
Reepschnur 5m / 6mm
Reepschnur 1,5m / 6mm
Schlauchband 3m
Steigeisen (Frontzacken)
Pickel
ev. Wanderstöcke