



## Ausrüstungsliste Hochtouren (gilt als Empfehlung)

- Stabile Bergschuhe
- ev. Gamaschen
- Rucksack
- Landeskarte 1:25'000 + 1:50'000
- Kompass, Höhenmesser, GPS
- NATEL / Smartphone
- Thermosflasche und / oder Trinkbeutel
- Haupt- und Zwischenverpflegung / Sackmesser
- Warme Kleider, Ersatzunterwäsche
- Windjacke / Softshell
- Regenjacke / Pellerine / Abfallsack
- Handschuhe (Windstopper)
- Ersatzhandschuhe
- Mütze
- Helm
- Sonnenhut
- Sonnencreme / Lippenpomade
- Sonnenbrille
- Fotokamera / Fernglas
- Tourenapotheke / Rettungsfolie / pers. Medis
- Portemonnaie / Geld (ev. Fremdwährung)
- Ausweise (ID, SAC) / Billett (1/2-Tax, GA)
- Taschenlampe / Kerze mit Streichhölzern
- Reepschnur
- ev. Funkgerät

## Zusätzlich für Gletschertouren:

- Anseilsitz
- 2 Reepschnurschlingen à 4m für Selbstrettung
- Eispickel, 2 Stk. Eisschrauben
- Steigeisen (angepasst)
- Seil
- ev. Abseilachter und 3 Karabinerhaken

## Mehrere Tage

- Hüttenschlafsack
- Taschenlampe / Stirnlampe
- Toilettenartikel
- Pyjama / Oropax
- Akkuladegeräte
- Reservekleider