

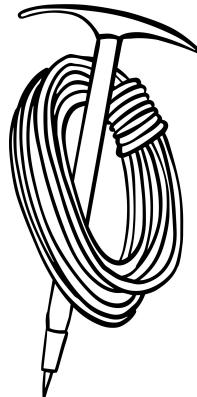
Packliste für Hochtouren

👉 Je leichter dein Rucksack, desto flotter deine Beine! 💪🌟

Standardausrüstung

Hochtourentaugliche Kleidung

- Hochtourenhosen und ev. lange Unterhosen
- T-Shirt, langes Unterleibchen, Pulli, Wärmejacke, Wasserfeste Jacke
- Stirnband, Mütze und Buff oder Gesichtsschutz für Hudewetter
- Dünne und dicke Handschuhe
- Thermosocken



Ausrüstung

- Tourenrucksack ca. 35l
- Steigeisenfeste Bergschuhe
- Sonnenbrille
- Sonnencreme / Lippenschutz
- ev. Sonnenhut / Baseballcap
- Trinkflasche / Thermosflasche
- Lunch für unterwegs
- Frühjahr evtl. Gamaschen

Für Gletscher und Hochgebirge

- Pickel
- Steigeisen angepasst
- Klettergurt angepasst
- Evtl Teleskopstöcke
- 2x Schraubkarabiner
- Sicherungs -resp. Abseilgerät
- 1x Bandschlinge 120cm
- Helle Stirnlampe mit Ersatzbatterien
- Prusik
- Falls vorhanden: Microtraxion, Reepschnur ca. 6m, Spaltenrettungsmaterial

Der Bergführer hat folgendes zusätzlich dabei

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

Für Hüttenübernachtungen

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

mail@alpinism.ch

+41 (0) 76 377 74 49