

Ausrüstungsliste Aufbaukurs Skihochtouren

Liste 10

Folgende Ausrüstung wird benötigt (Bergsportausrüstung mit CE-Zeichen):

Einfachseil oder Halbseil (50 m) pro 3 Teilnehmer

Tourenski mit Tourenbindung, Steigfelle und Harscheisen

(Tourenski ausleihbar bei Sport Gross in Stgt.- Hedelfingen Tel: 0711-421598)

Lawinen-Verschüttetensuchgerät mit 457 kHz (Digitalgerät; Norm EN 300718)

Lawinenschaufel

Lawinensonde

Hüftgurt

Eispickel

Steigeisen (an Schuhe angepasst!)

2 HMS-Karabiner

3 Normalkarabiner

Bandschlinge vernäht 60 cm Nutzlänge

Bandschlinge vernäht 120 cm Nutzlänge

Reepschnur 70 cm einfach Ø 5 mm

Reepschnur 400 cm einfach Ø 5 mm

Eisschraube

Zweimann-Biwaksack (pro 2 Teilnehmer)

Kompass und Höhenmesser (2 pro Gruppe)

Gebietskarte und -führer (2 pro Gruppe)

Snowcard (wenn vorhanden)

Skistöcke (ggf. Teleskopverstellung)

Tourenskischuhe

Evtl. Gamaschen

2 Paar Handschuhe

Trinkflasche bzw. Thermoskanne

Der Witterung angepasste Kleidung (Zwiebelschalenprinzip)

Regendichte Kleidung

Kopfbedeckung (Sonnenhut und Mütze)

Sonnenbrille

Sonnencreme und Lippenstift (hoher Lichtschutzfaktor).

Erste-Hilfe-Set

Stirnleuchte oder kleine Taschenlampe mit Batterien

Schreibzeug

Bei Übernachtung auf Hütten:

Hüttenschlafsack

Haus- oder Hüttenschuhe

Die **fettgedruckten** Ausrüstungsgegenstände können im Alpinzentrum entliehen werden.

Bitte Hinweise zur Ausrüstung im Kursanschreiben beachten !!!

Falls zusätzliche oder weniger Ausrüstung benötigt wird, erfahren Sie dies von Ihrem Kursleiter.