

# CHECKLISTE

## 1.) für eine Tagestour:

- Bergschuhe
- wetterfeste Bekleidung
- Fleece-Jacke
- Mütze mit Ohrschutz
- Handschuhe
- Rucksack
- Wanderstöcke
- Thermosflasche
- Proviant
- Gebietsführer bzw. -karte
- Kompass/GPS
- Höhenmesser
- Biwaksack
- Rettungsdecke
- Rucksackapotheke
- Signalpfeife, evtl. Handy
- Sonnenbrille
- Sonnenschutz
- Lippenschutz
- Toilettenpapier
- Notizblock
- Bleistift
- Geld
- Ausweise
- Notproviant

## 2.) mit Kindern zusätzlich zu 1.

- Brust- u. Sitzgurt
- Bandschlinge 25 mm/1 m lang
- 10 - 15 m Seil, Ø 9 mm
- viel zu trinken

## 3.) für Mehrtagestouren zusätzlich zu 1.

- Reservewäsche
- Streichhölzer (Feuerzeug)
- Hüttenschlafsack
- Stirnlampe (Ersatzbatterien)
- Hüttenschuhe
- Waschzeug
- Handtuch

## 4.) für Frühsommertouren zusätzlich zu 1.

- Steigeisen (12-Zacker)
- Eispickel
- Gamaschen
- Sonnenbrille/Gletscherbrille

## 5.) KST zusätzlich zu 1.

- Sitzgurt
- Bandschlinge 25 mm/1,5 m lang
- Steinschlaghelm
- Klettersteig-Set
- Klettersteig-Handschuhe

## 6.) für kombinierte Touren zusätzlich zu 1. und 4.

- Einfachseil (50 m)
- Sitzgurt
- Steinschlaghelm
- Gore-Tex Überbekleidung
- steigeisene Schuhe
- Fleece-Gesichtshaube
- Überhandschuhe
- 2 HMS-Karabiner
- Abseilachter
- 2 Express-Schlingen
- 6 Karabiner
- 1 Bandschlinge 25 mm/1,5 m lang, offen
- 2 genähte Bandschlingen, Nutzlänge 120 cm
- 1 Reepschnur 5 mm/2,5 m lang
- 1 Reepschnur 5 mm/1,5 m lang
- 1 Reepschnur 5 mm/1,0 m lang
- 2 Eisschrauben
- 1 Seilrolle

## 7.) für Kletter- bzw. schwierige, kombinierte Touren zusätzlich zu 1., 4. u. 6.

- für diese Touren sollte ein sep. Materialplan erstellt werden – so viel wie nötig, so wenig wie möglich

## 8.) für Skitouren zusätzlich zu 1.

- Skitourenstiefel
- Tourenski mit Tourenbindung
- Tourenskistöcke
- Steigfelle
- Harscheisen
- Reparatur-Set
- Schneeschaukel
- Lawinensonde
- Ski- bzw. Gletscherbrille
- Modernes 3 Antennen VS-Gerät

## 9.) für Skihochtouren zusätzlich zu 1. und 8.

- Gletscherausrüstung + Nr. 6 bzw. Nr. 7

## 10.) für Schneeschuhtouren zusätzlich zu 1.

- wintertaugliche Bergstiefel
- Schneeschuhe
- Touren-Skistöcke (mit Wintertellern)
- Schneeschaukel
- Lawinensonde
- Gute Sonnenbrille / Gletscherbrille
- Gamaschen
- Modernes 3 Antennen VS-Gerät

## 11.) für Mountainbiketouren:

- technisch einwandfreies Rad / MTB
- Fahrradhelm
- Radhandschuhe
- Ersatzschlauch
- evtl. Knie- und Ellenbogenschützer
- sonstige Ausrüstung gem. Angabe des Tourenführers

LVS-Gerät: 1-Antennen-Geräte entsprechen nicht mehr dem Stand der Technik und sind nicht mehr zulässig!