

Ausrüstungsliste

- Rucksack ca. 25 Liter mit Regenüberzug*
- Wanderstöcke / Teleskopstöcke mit Schneetellern
- Knöchelhohe, feste Wanderschuhe mit stabilem Schaft und guter Profilssole, wasserdicht**
- Leichte Hüttenschuhe z.B. FlipFlop
- 1 warme Wanderhose / Softshellhose
- 1 Hose zum Wechseln, oder für die Hütte
- 2 langärmelige T Shirts (Funktionsmaterial oder Merino Wolle) + das Shirt, dass du am Anfang an hast
- 1 Isolationsjacke z.B Daunen- oder Primaloftjacke
- 1 warmer Pulli z.B. Fleece/Polartec
- Socken
- Unterwäsche / lang
- 1 wasser- und winddichte Jacke (Goretex/Hardshell)
- 1 Regenhose oder Hardshellhose
- Mütze, Stirnband, Handschuhe
- Halstuch / Schlauchtuch - Buff
- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- leichte Grödel / Spikes
- Waschzeug, Kosmetika***
- Ohropax
- Kleine Apotheke (Blasenpflaster, Schmerzmittel, Tape, persönliche Medikamente)
- Strinlampe oder kleine Taschenlampe
- Trinkflasche oder Trinkbeutel, im Winter besser Thermoskanne, mindestens 1,5 Liter, besser 2 Liter + Behälter für Proviant
- Biwacksack oder Rettungsdecke
- Proviant für die Tour (Müsliriegel, Nüsse, Trockenobst, Brot, Käse, Wurst - je nach Vorlieben). Einige Hütten bieten Lunchpakete gegen einen kleinen Aufpreis an
- DAV / AV Ausweis falls vorhanden****
- Bargeld und EC Karte - auf den meisten Hütten muss mit Bargeld bezahlt werden. Alle Transfers werden ebenfalls bar beglichen

Winter



*Tipps zum Packen des Rucksacks: kleide deinen Rucksack innen mit einem Müllbeutel aus und lege erst dann deine Sachen rein. So bleibt alles auch im Regen trocken. Packe nicht zu viele Klamotten ein, du musst alles viele Kilometer tragen.

**Tipps zu den Wanderschuhen: Bergschuhe für mittelschwere Wanderungen - Kategorie B oder B/C - bitte keine Wandersandalen, Sportschuhe oder Sneaker

***Tipps zum Waschzeug: versuche alles in kleinen Ausführungen zu erhalten - kleine Zahnbürste, kleine Zahnpasta, kleine Creme, kleines Deo

****Eine Mitgliedschaft lege ich dir sehr nahe. Durch die Mitgliedschaft erh. Ist du Vergünstigungen bei den Übernachtungen auf Alpenvereinshütten und du bist im Falle eines Unfalls mit Bergung versichert

Sollte es bei den Touren Besonderheiten bezüglich der Ausrüstung geben, informiere ich spezifisch auf der Seite der Tourenbeschreibung und in einer Email.