

Ausrüstungsliste Großglockner

RUCKSACK ca. 30-35 Liter mit Regenüberzug	
Knöchelhohe, feste WANDERSCHUHE mit stabilem Schaft und guter Profilsohle – im Idealfall halbschneisenfest!!	
Leichte HÜTTENSCHUHE z.B. FlipFlop	
Bequeme Kleidung für die Hütte	
Berghose (Hochtouren bzw. Trekkinghose)	
Daunenjacke bzw. wärmende Jacke	
3 T-SHIRTS (Funktionsmaterial oder Merino Wolle)	
1 x wasser- und winddichte JACKE (Goretex/Hardshell)	
1 x REGENHOSE oder HARDSHELLHOSE	
HALSTUCH / Schlauchtuch – Buff, Mütze, Handschuhe (1x dünn, 1x dick)	
Lange Funktionsunterwäsche	
Gut abschließbare SONNENBRILLE (im Idealfall Gletscherbrille)	
SONNENCREME, Lippenpflegestift mit 50 Schutzfaktor	
KOPFBECKUNG gegen Sonne z.B. Cap	
kleines WASCHZEUG, KLEINES HANDTUCH + Unterlage für Yoga falls vorhanden	
HÜTTENSCHLAFSACK	
OHROPAX	
Kleine APOTHEKE (Blasenpflaster, Schmerzmittel, Tape, persönliche Medikamente)	
TRINKFLASCHE oder Trinkbeutel, mindestens 1 Liter, besser 2 Liter mit Brausetabletten	
BIWACKSACK oder RETTUNGSDECKE	
PROVIANT für die Wandertouren (Müsliriegel, Nüsse, Trockenobst, Energy Balls etc.)	
DAV / ÖAV AUSWEIS falls vorhanden	
BARGELD und EC Karte	
Faltbares SITZKISSEN	