



## Ausrüstung Schneeschuhtouren

### Technische Ausrüstung

- Rucksack (ca 30 – 35 l)<sup>1</sup>
- Schneeschuhe
- Skistöcke (große Teller, ev. längenverstellbar)
- Stabile Bergschuhe

### Notfallausrüstung

- Lawinenverschütteten-Suchgerät
- Lawinenschaufel
- Lawinsonde (mind. 220 cm lang)
- Rucksackapotheke<sup>2</sup>
- Bivaksack
- Stirnlampe
- Taschenmesser od. Multifunktionswerkzeug
- Feuerzeug/Streichhölzer, kleine Kerze
- Handy

### Orientierung

- Karte (AV-Karte, Tabcco, ÖK, LK Schweiz)
- Höhenmesser/-uh)
- Bussole

### Proviand

- Thermosflasche (mind 1 l) mit Inhalt
- Verpflegung nach Vorliebe

### Bekleidung

- Funktionsunterwäsche (Wolle oder Synthetik)
- Reserveunterwäsche
- Fleecejacke oder -pullover(Wärmeschutz)
- Tourenhose
- Anorak und Überhose (wasser- u. winddicht)
- ev. leichte Daunenjacke oder -gilet
- Mütze (Wärmeschutz)<sup>3</sup>
- Sonnenhut oder -kappe
- dünnere Handschuhe
- wärmere Handschuhe
- ev. Gamaschen

### Sonnenschutz

- Sonnenbrille (Glas mind. Kategorie 3)
- Sonnenschutzcreme (Faktor 30)
- Lippenchutz

### Zusätzlich bei Übernachtung

- Waschzeug
- Hüttenschlafsack
- Ohrenstöpsel
- AV-Ausweis
- Bargeld<sup>4</sup>

### Eventuell noch

- Kleines Fernglas
- Digitalkamera

Ob Schneeschuh-Hochtouren lohnend sind muss individuell entschieden werden. Gegebenenfalls bitte auch die Ausrüstungsliste für Hochtouren beachten.

Diese Ausrüstungsliste wurde nach bestem Wissen zusammengestellt. Sie stellt allerdings nur einen Vorschlag dar. Eine Garantie auf Vollständigkeit wird nicht übernommen.

Mache dich mit einer Ausrüstung bereits vor Antritt der Tour vertraut.

**Modernste Ausrüstung ist kein Ersatz für eine umfassende Tourenplanung!**

<sup>1</sup> ABS-Rucksack dringend empfohlen

<sup>2</sup> Siehe dazu auch [Ausrüstungsliste „Rucksackapotheke“](#).

<sup>3</sup> Ein Stirnband mag ja ganz hübsch sein erfüllt aber niemals den Zweck einer Mütze.

<sup>4</sup> Auf Hütte kann fast immer nur bar bezahlt werden.

<sup>5</sup> Müssen exakt an die Schuhe angepasst sein und perfekt sitzen.

<sup>6</sup> Ideale Länge wenn der Pickel bei ausgestrecktem Arm bis zum Knöchel reicht.

<sup>7</sup> Bei Vereinstouren nach Absprache mit dem Tourenführer