

Ausrüstungsliste

Technische Ausrüstung

- Lawinenairbag Rucksack mit Skibefstigung und Halterung für Pickel
- Skihelm
- Leichter Hochtourenhurt
- 3 Reepschnüre (1m, 3m, 5m) mit 5mm Dyneema oder Aramid (empfohlen) oder 6mm Polyamid Durchmesser
- 2 Bandschlingen (vernäht, Durchmesser 60cm und 120cm)
- 2 HMS-Schraubkarabiner
- 1 3-Wege Sicherheitskarabiner (Ball-Lock, etc.)
- 2 baugleiche Schnappkarabiner
- 2 Expressschlingen
- 1 Abseil- und Sicherungsgerät (ATC- Guide, Reverso...)
- 1 Seilklemme (Tibloc, Ropeman...)
- 1 leichter Eispickel (ca. 60 cm) mit geradem Schaft und Schaufel
- Leichtmetall-Steigeisen mit Antistollplatte (angepasst)
- Halb- oder Einfachseil 50 m (pro 2er Seilschaft ein Seil)
- Leichtes Fernglas oder Monokular

Notfall-Ausrüstung

- LVS- Gerät (3 Antennengerät mit neuen Batterien)
- Lawinenschaufel (aus Metall)
- Lawinsonde (min. 240 cm)
- Kleines Erste Hilfe Paket (SAB First Aid Kit)
Inkl. Israeli Bandage, Tape und Alu Rettungsdecke
- Stabiler Biwaksack (für 2 Personen)
- Stirnlampe (mit Reservebatterien)
- Taschenmesser/Multifunktionswerkzeug

Skiausrüstung

- Moderne Freerideski mit Tourenbindung und Ski-Stopper
- Tourenskistöcke verstellbar mit breiten Tellern
- Freerideschuhe mit Profilsohle
- Skitourenfelle angepasst auf Ski
- Harscheisen

Orientierung

- Alpenvereins-, Kompass- oder ÖK Karte vom Gebiet*
- Planzeiger (erhältlich im AV Shop)
- Gebietsführer oder alpenvereinsaktiv Tourenbeschreibungen
- Höhenmesser und Bussole
- GPS falls vorhanden

Proviand

- Trink-/ Thermosflasche
- Zusätzliche Tourenverpflegung nach Belieben (Riegel, Nüsse)

Bekleidung

- Funktions-Unterwäsche (Synthetik oder Wolle)
- Reserveunterwäsche
- Skitouren-Socken
- Skitouren-Hose
- Fleecepullover oder Softshell
- Anorak (wasser-/winddicht)
- Daunenjacke (Primaloft)
- Mütze, Sturmhaube
- 2 Paar Handschuhe (dünn / warm)
- Skibrille

Sonnenschutz

- Sonnenbrille (hochwertiges Glas)
- Sonnenhut/ Buff/ Schildkappe
- Sonnenschutzcreme (mind. Faktor 30)
- Lippenschutz

Übernachtung

- Waschzeug
- Hüttenschlafsack (nicht erforderlich bei Kursen mit Hotel oder Gasthofübernachtung)
- Leichte Hüttenschuhe
- Ohrenstöpsel
- ÖAV-Ausweis
- Bargeld

Eventuell

- Fotoapparat

* selbständige Recherche der benötigten Karte vor Kursantritt!