

Ausrüstungsliste

SB-AK2 Skibergsteigen Aufbaukurs 2 Skihochtouren

T-SH Skihochtouren

<input type="checkbox"/>	• Rucksack mit Skiaufnahme + Regenschutz
<input type="checkbox"/>	• Wetterschutz (Jacke, Überhose), funktionelle Skibekleidung
<input type="checkbox"/>	• Wärmeschutz/-jacke
<input type="checkbox"/>	• Handschuhe, Mütze, (BUFF)
<input type="checkbox"/>	• Sonnenschutz (Gletscherbrille, Hut, Creme, Lippenstift)
<input type="checkbox"/>	• Trinkflasche (unzerbrechlich), Thermoskanne (mind. 1 ltr)
<input type="checkbox"/>	• Stirnlampe
<input type="checkbox"/>	• Erste-Hilfe-Set inkl. Rettungsdecke
<input type="checkbox"/>	• pers. Medikamente
<input type="checkbox"/>	• Biwaksack (a)
<input type="checkbox"/>	• Karte (b)
<input type="checkbox"/>	○ ggf. Planzeiger (b)
<input type="checkbox"/>	• Moiltelefon
<input type="checkbox"/>	○ GPS, Planzeiger, Kompass mit Peilspiegel, Höhenmesser (b)
<input type="checkbox"/>	• DAV-Ausweis, Personalausweis, Krankenversicherungsausweis
<input type="checkbox"/>	○ Rettungsweste für Fahrgemeinschaften
<input type="checkbox"/>	• Hüttenschlafsack (c), kleiner Kulturbeutel (c)
<input type="checkbox"/>	• Hüftgurt (plus ggf. Brustgurt) (a)
<input type="checkbox"/>	○ Bergsteigerschutzhelm (a)
<input type="checkbox"/>	○ Safelock-Karabiner (Ball-Lock, Belaymaster, Trilock, ...)
<input type="checkbox"/>	• HMS-Karabiner (a) mind. 2 Stück
<input type="checkbox"/>	• Schreibkarabiner (a) mind. 2 Stück
<input type="checkbox"/>	• Normalkarabiner (a)
<input type="checkbox"/>	• Reepschnur-Set (1 m, 2 m, 4 m), Durchmesser 5 mm (a), (b)
<input type="checkbox"/>	○ Abseilgerät (Alpin-Tube) (a)
<input type="checkbox"/>	• Bandschlinge vernäht Nutzlänge 1,20 m (a)
<input type="checkbox"/>	○ Seil (nur für Trainer*innen)
<input type="checkbox"/>	○ Micro Traxion (a), Tibloc (a)
<input type="checkbox"/>	• Steigeisen mit Frontalzacken (a)
<input type="checkbox"/>	• Eispickel (a)
<input type="checkbox"/>	• Eisschraube (a)
<input type="checkbox"/>	• Tourenski/Freerideski mit passenden Fellen und Harscheisen
<input type="checkbox"/>	• LVS-Gerät (3 Antennen) inkl. Batterien (a) > 60%
<input type="checkbox"/>	• Lawinschaufel mit Metallblatt und Sonde (a)
<input type="checkbox"/>	• Skitourenschuhe bzw. Alpinskischeuhe auf Bindung eingestellt
<input type="checkbox"/>	• Ski- / Teleskopstöcke
<input type="checkbox"/>	• Snowcard (a),(b)
<input type="checkbox"/>	• Skibrille
<input type="checkbox"/>	• Skihelm empfohlen
<input type="checkbox"/>	○ ABS Rucksack

Legende

- Zwingend notwendig, muss jede*r dabei haben
- Wird bei der Vorbesprechung geklärt
- (a) Im Ausrüstungslager ausleihbar, bei rechtzeitiger Reservierung (ca. 4 Wochen vor Kurs, Tour)
- (b) Im Ausrüstungslager erwerbbar
- (c) In der Geschäftsstelle erwerbbar



Ressort Skibergsteigen

Kontakt:
ressortskibergsteigen@
alpenverein-regensburg.de