

AUSRÜSTUNGSCHECKLISTE



	knöchelhohe Bergschuhe
	Funktionsunterwäsche
	atmungsaktives Shirt / Hemd
	Fleecepulli / -jacke
	evtl. leichte Daunenjacke
	Wetterschutzjacke mit Kapuze (wind- und wasserabweisendes Material)
	lange Hose (strapazierfähiges und elastisches Kunstfasermaterial)
	Wandersocken oder -strümpfe
	Mütze und Fingerhandschuhe
	Ersatzkleidung (auch für die Hütte)
	Rucksack (35 - 45 Liter) & Regenschutz
	Karten & Führerliteratur
	Sonnenschutz (Sonnencreme, -brille, Kopfbedeckung)
	Trinkflasche (mind. 1,5 Liter)
	Notfallproviant (Müsliriegel, Traubenzucker, etc.)
	Erste Hilfe Set (inkl. Rettungsdecke)
	Handy
	Grödel (wir empfehlen Snowline Spikes: http://www.kochalpin.at/marken/snowline/)
	Teleskopstöcke
	Stirnlampe
	Biwaksack
	Hüttenschlafsack & Hüttenschuhe
	Waschzeug und Handtuch
	Starter- Kit