

Ausrüstungsliste Freetouring



Ski- oder Snowboardausrüstung:

kann auch geliehen werden

- moderne Freeride oder Tourenski mit aufstiegsfähiger Bindung, bzw. Splitboard
- Skischuhe oder Boots
- Stöcke
- Felle
- Harscheisen

Sicherheitsausrüstung

kann auch geliehen werden

- Rucksack 20-30L
- LVS-Gerät
- Sonde
- Schaufel

Bekleidung:

- funktionelle Skiunterwäsche
- Skisocken
- Skibrille und Sonnenbrille
- Wintersporthelm
- 1 paar dünne und 1 paar warme Handschuhe
- Hardshell- oder Skihose
- Softshell- oder Fleecejacke
- Hardshelljacke

Gesundheit und Notfall:

- Sonnencreme (mind. LFS 30)
- Erste-Hilfe Set

für die Pause:

- Trinkflasche/Thermoskanne (1L)
- kleine Jause oder Sportriegel