



ALEXANDER REISENHOFER

Berg- und Schiführer

+43 664 5353903

alex@bergfuehrer-reisenhofer.com

AUSRÜSTUNGSLISTE HOCHTOUREN

BEKLEIDUNG

- ☐ Tourenhose
- ☐ Evtl. Gamaschen
- ☐ Windjacke / wasserdichte od. wasserabweisende Jacke und Überhose
- ☐ Daunen- od. Primaloftjacke
- ☐ Wechselwäsche
- ☐ 2 Paar Handschuhe (dünne ideal mit Lederhandflächen für einen guten Halt und dicke, wenn es kalt wird)
- ☐ Haube/ Stirnband
- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Steigeisenfeste Bergschuhe mit stabilem Schaft und torsionssteifer Sohle

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- ☐ Rucksack ca. 35 Liter mit Pickelhalterung
- ☐ 2 Mann Biwaksack (Paarweise, wenn vorhanden)
- ☐ evtl. Teleskopstöcke
- ☐ Kletterhelm
- ☐ Steigeisen mit Antistollplatte
- ☐ Klettergurt
- ☐ Hochtourenpickel

- ☐ 4 Stk. Expressschlingen
- ☐ 1 Stk. Arretierbarer Karabiner (z.B. Ball-Lock od. Belaymaster)
- ☐ 50m Einfachseil pro Seilschaft (idealerweise voll imprägniert)
- ☐ 4 Stk. HMS-Schraubkarabiner
- ☐ 1 Stk. lange Bandschlingen (120cm)
- ☐ 3 Stk. Reepschnur min. 5mm (1m, 3m, 5m) idealerweise aus Polyethylen
- ☐ 1 Stk. Abseilgerät (z.B. Petzl Reverso)
- ☐ 1 Stk. Eisschrauben ca. 19cm lang
- ☐ Spiegel-Kompass (zB. Suunto MC-2)
- ☐ Topografische Karte 1:25 000 AV-Karte
- ☐ Stirnlampe

DIVERSES

- ☐ Sonnencreme, Lippenchutz
- ☐ Trinkflasche (mind. 1 Liter)
- ☐ Magnesiumsticks, persönliche Medikamente
- ☐ Erste Hilfe Päckchen, Blasenpflaster
- ☐ Stärkung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, ...)
- ☐ Telefon
- ☐ Hüttenschlafsack
- ☐ Toilettartikel
- ☐ Bargeld/ Ausweis ID

Wenn Du Leihhausrüstung benötigst, bitte im Vorfeld erwähnen.