

# PACKLISTE für Schitouren mit Gletscher

weiß = unbedingt notwendig grau = nicht unbedingt notwendig aber empfehlenswert



pers. Ausrüstung für 1 Tag	Anmerkungen	✓	Notizen
Anorak	Daune/Gore-Tex		
Biwaksack	Gore-Tex		
Fäustlinge	Walk- oder Daune		
Fleecejacke/-pulli	Polar-Fleece		
Funktionsunterwäsche	Transtex		
Gamaschen			
Geld			
Handschuhe			
Hemd/T-/Sweatshirt	Transtex		
Lippenschutz			
Marschverpflegung, Teebeutel			
Mütze/Stirnband			
Notfallapotheke			
Personalausweis			
Ski-Tourenhose			
Sonnencreme mind. Faktor 20	auch als "Wachs" verwendbar		
Sonnenkappe			
Sturmhaube			
Taschentücher (Papier)			
Trekkingsocken			
Überfäustlinge	Gore-Tex		
Überhose	Gore-Tex		
Unterhose lang	Transtex		
techn. Ausrüstung für 1 Tag	Anmerkungen	✓	Notizen
Bindung	mechanische Teile o.k.?		
Harscheisen			
Höhenmesser-/Uhr			
Karte/Führermaterial			
Kompass/Busssole			
Lawinen-Piepserl, VS-Gerät	+ neue Batterien!		
Lawinenschaufel			
Lawinensonde			
Multitool, Leatherman.	Zur Reparatur der Hardware!		
Rucksack	+Halterungen für Ski, Stöcke etc.		
Skibrille			
Spannklebefelle	Kleber o.k.?		
Stirnlampe	Batterien o.k.?		
Teleskop-Skiistöcke			
Thermosflasche	mind. 1 Liter		
Touren-/Variantenski	Laufflächen/Kanten o.k.?		
Tourenskischuhe	mit Profilsohle		
Trillerpfeife	Signal bei Notfällen		
Wachs	gegen "Stollen"		

zusätzlich für mehrere Tage	Anmerkungen	✓	Notizen
Reservewäsche			
Hüttenschlafsack	Fleece-Inlet = warm!		
Schlafsack	Lager können kalt sein!		
Sport-/Hüttenschuhe	Badeschlapfen, Sandalen		
Toilettesachen, Handtuch			
Spielkarten			
Buch	für Regentage		
Schreibzeug			
Adressen/Tel.nummern	auch der Hütten		
zusätzlich für Gletscher	Anmerkungen	✓	Notizen
Gletscherbrille	100 % UV-Schutz		
Steigeisen mit Frontalzacken	an Ski-Schuhe angepasst?		
Hüft oder Brust/Sitzgurt			
2 Reepschnüre	1,5 m/6 mm		
1 Reepschnur	4 m/5-6 mm		
Pickel			
1-2 Bandschlingen	120-300 cm		
2 HMS-Karabiner	mit Schraubversicherung		
2 Normalkarabiner			
1-2 Eisschrauben			
Einfachseil	45-60 m		
nicht unbedingt notwendig aber empfehlenswert!		✓	Notizen
Fernglas			
Reservesocken			
Ersatzhandschuhe			
Fangriemen			
Fotoausrüstung und Film(e)	Batterien o.k.?		
Handy	Akku voll?		
AV-Ausweis	gültig?		
GPS-Gerät	Batterien o.k.?		
Reparatur-Set oder Riemen, Draht, Tape, Schrauben, Klettriemen			
Sekundenkleber, Isolierband, Kleber (Spray) für Felle zur Reparatur von Ski, Bindung, Stöcken und Schuhen			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Alpines Notsignal: 6x pro Minute optisches oder akustisches Zeichen</b></li> <li>• <b>Verständigung mit Flugrettung:</b></li> <li>• <b>erhobene Arme: Y = Yes, ich brauche Hilfe</b></li> <li>• <b>ein Arm erhoben, einer gesenkt: N = No, ich brauche keine Hilfe</b></li> <li>• <b>Bergrettung/Notruf: 140</b></li> <li>• <b>Europaweiter Notruf: 112</b></li> <li>• <b>Bergwetter - Lawinen - Touren - News - Alpin-Foren - Bergbücher u.v.a.:</b></li> </ul>			