

Packliste Skihochtour

Skitourenausrüstung

- Tourenski mit Tourenbindung
- Skifelle
- Tourenskischeuhe
- Skistöcke
- Harscheisen
- Ski-/Hochtouren-Rucksack (35-40 l)

Bekleidung für Skihochtouren

- Skijacke/Hardshelljacke
- Isolationsjacke
- Softshell-/Hybrid-Tourenhose
- Hardshell/wasserdichte Überhose
- ggf. Isolationshose oder -rock
- Fleece-/Softshelljacke oder -weste
- Funktionsunterhose und Sport-BH
- Zip-Shirt/Longsleeve/
Funktionsshirt (z.B. aus Merino)
- Lange Unterhose oder $\frac{3}{4}$ -Unterhose
- Wechselwäsche
- Skitourensocken
- leicht isolierte Fingerhandschuhe
- warme, wasserdichte Skihandschuhe
- Mütze/Stirnband
(auch zum Wechseln)
- Schal/Schlauchtuch

Sicherheitsausrüstung

- Skihelm (ggf. Skitourenhelm)
- Skibrille
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde
- LVS-Gerät
- ggf. Lawinenrucksack
- DAV-Snowcard
- Lawinenlagebericht checken

Hochtourenausrüstung

- Seil (je nach Tour 30, 40, 50 Meter)
- Karabiner
- Sicherungsgerät
- Reepschnüre/Bandschlingen
- Expressschlingen (je nach Tour)
- Steigklemme/Spaltenbergungsset
- mobile Sicherungsmittel
(Keile, Friends etc.)
- Eisschrauben
- Klettergurt
- Kletterhelm
- Steigeisen
- Eispickel

Packliste Skihochtour

Gesundheit und Erste Hilfe

- Erste-Hilfe-Set
- Biwacksack/Rettungsdecke
- persönliche Rucksackapotheke
- Blasenpflaster
- Tape
- Gletscherbrille
- Sonnencreme & Lipenschutz (50+)
- Kontaktlinsen/Ersatzbrille
- Taschentücher
- medizinische Maske/FFP2-Maske

Technik und Orientierung

- aufgeladenes Handy & Ladekabel
- GPS-Uhr
- Kompass
- Topografisches Kartenmaterial
- Skitourenführer
- Stirnlampe
- ggf. Fotoausrüstung
- Ersatz-Akkus, Batterien

Papiere und Sonstiges

- Pass
- Krankenversichertenkarte
- DAV-Ausweis
- ausreichend Bargeld

Für die Hüttenübernachtung

- Hüttenschuhe
- Hüttenschlafsack
- bequeme Hose/Leggings
- trockene Socken zum Wechseln
- Ohrstöpsel
- Kulturbeutel mit Zahnbürste, Zahnpasta, kleine Seife/Duschgel
- Frauen: persönliche Hygieneartikel
- kleines Reisehandtuch
- Beutel für Schmutzwäsche
- verschließbare Plastiktüten für Rucksack (gegen Bettwanzen)
- Taschenlampe/Stirnlampe
- Spielkarten

Verpflegung und Zubehör

- Isolierflasche/Trinkflasche oder Trinksystem
- Energieriegel, Schokolade, Traubenzucker, Nüsse
- Brotdose mit Verpflegung
- Salz & Pfeffer
- Taschenmesser
- Feuerzeug
- Müllbeutel
- Sitzunterlage