



Bergsport Winter - Checkliste Ausrüstung

	Wandern	Risikomanagement Level 1 und 2	Skihochtouren (vergletschert)	Snowboardtouren
	Bergsteigen	Skitouren	Skihochtourenkurs	Snowboardtourenkurs
	Schneeschuhwandern	Skitourenkurs	Skidurchquerung (vergletschert)	
		Skidurchquerung (unvergletschert)		
Bekleidung				
Anorak	x	x	x	x
Ersatzhandschuhe	x	x	x	x
Ersatzhemd	x	x	x	x
Ersatzstrümpfe	x	x	x	x
Ersatzunterwäsche	x	x	x	x
Gamaschen oder entsprechende Hose	x (nach Bedarf)	x	x	x
Handschuhe	x	x	x	x
Helm (Ski-/Snowboard)		x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)	x
Hose	x	x	x	x
Mütze	x	x	x	x
Pullover/Jacke	x	x	x	x
Sonnenhut/Kappe	x	x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)
Überhose	x (nach Bedarf)	x	x	x
Kletterausrüstung				
Bandschlinge (0,6 m - vernäht)			ZHS	
Bandschlinge/Standplatzschlinge (1,2 m - vernäht)			ZHS	
Eispickel			ZHS (nach Bedarf)	
Express-Schlingen			ZHS (nach Bedarf)	
Eissicherungsmittel/-schrauben			ZHS (nach Bedarf)	

	Wandern	Lawinenkurs	Skihochtouren (vergletschert)	Snowboardtouren
	Bergsteigen	Skitouren	Skihochtourenkurs	Snowboardtourenkurs
	Schneeschuhwandern	Skitourenkurs	Skidurchquerung (vergletschert)	
		Skidurchquerung (unvergletschert)		
Sonstiges				
Apotheke	ZHS	ZHS	ZHS	ZHS
Karten, Kompaß	ZHS	ZHS	ZHS	ZHS
Biwaksäcke	ZHS	ZHS	ZHS	ZHS
Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS), Lawinenschaufel, Lawinensonde	ZHS (nur bei Schneeschuhtouren)	ZHS	ZHS	ZHS
Personalausweis	x	x	x	x
Rucksack (Volumen in Liter)	x ca. 20 - 30 l	x ca. 40 - 60 l	x ca. 40 - 60 l	x ca. 40 l mit Boardhalterung
Skibrille		x	x	x
Snowboard				x falls vorhanden Splitboard
Skistöcke (möglichst Teleskopstöcke) Wanderstöcke	x	x	x	x unbedingt Teleskopstöcke
Sonnenbrille	x	x	x	x
Sonnenschutzmittel	x	x	x	x
Taschenlampe (möglichst Stirnlampe)	x	x	x	x
Tourenski, Steigfelle, Harscheisen		x	x	x Steigfelle, Harscheisen bei Splitboard
Trinkflasche	x	x	x	x
Versicherungskarte (Krankenk.)	x	x	x	x
Waschzeug	x (Mehrtagestouren)	x	x	x
Corona Pandemie:				
FFP2 Maske, bitte um Beachtung der Hinweise für Hüttengäste				
Schlafsack/Hüttenschlafsack; s. für zusätzliche Bedarfe auch Hinweise für Hüttengäste!:				
Bei Unterkunft auf Alpenvereinshütten: Die Verwendung eines Hütten- oder Jugendherbergs-Schlafsack ist Pflicht!				
X = müssen Teilnehmer selbst stellen				
ZHS = Ausrüstung wird vom Zentralen Hochschulsport gestellt				