

**Bergsport Winter - Checkliste Ausrüstung**

	Felskletterkurs	Wandern	Risikomanagement Level 1 und 2	Skihochtouren (vergletschert)	Snowboardtouren
	Sportklettern	Bergsteigen	Skitouren	Skihochtourenkurs	Snowboardtourenkurs
	Sportkletterfahrten	Schneeschuhwandern	Skitourenkurs	Skidurchquerung (vergletschert)	
			Skidurchquerung (unvergletschert)		
<b>Bekleidung</b>					
Anorak	x	x	x	x	x
Ersatzhandschuhe		x	x	x	x
Ersatzhemd	x	x	x	x	x
Ersatzstrümpfe	x	x	x	x	x
Ersatzunterwäsche	x	x	x	x	x
Gamaschen oder entsprechende Hose		x (nach Bedarf)	x	x	x
Handschuhe		x	x	x	x
Helm (Ski-/Snowboard bzw. Kletterhelm)	ZHS		x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)	x
Hose	x	x	x	x	x
Mütze	x	x	x	x	x
Pullover/Jacke	x	x	x	x	x
Sonnenhut/Kappe	x	x	x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)
Überhose		x (nach Bedarf)	x	x	x
<b>Kletterausrüstung</b>					
Bandschlinge (0,6 m - vernäht)	x			ZHS	
Bandschlinge/Standplatzschlinge (1,2 m - vernäht)	x			ZHS	
Eispickel				ZHS (nach Bedarf)	
Express-Schlingen	x (5)			ZHS (nach Bedarf)	
Eissicherungsmittel/-schrauben				ZHS (nach Bedarf)	

	Felsklettern	Wandern	Lawinenkurs	Skihohtouren (vergletschert)	Snowboardtouren
	Sportklettern	Bergsteigen	Skitouren	Skihohtourenkurs	Snowboardtourenkurs
	Sportkletterfahrten	Schneeschuhwandern	Skitourenkurs	Skidurchquerung (vergletschert)	
			Skidurchquerung (unvergletschert)		
<b>Kletterausrüstung</b>					
HMS - Karabiner (2 Stück) Schraubkarabiner oder "Safebiner" - kein Twistlock!	x			ZHS	
Kurzprusik (Reepschnur 6mm; 90 cm) oder dünne Dynema-Bandschlinge (0,3m - vernäht) (1 Stück)	x			ZHS	
Normalkarabiner (3 Stück, davon 2 gleicher Bauart)				ZHS	
Prusikschlingen (Reepschnur 6mm, 1 Stück 4,5m lang / 1 Stück 2 m lang )				ZHS	
Schraub-/Verschlußkarabiner (1 Stück)	x			ZHS	
Sicherungsgerät ((Auto)Tube, Grigri, etc.)	x			ZHS (nach Bedarf)	
Klemmkeile, Klemmkeilentferner, Friends	ZHS (nach Bedarf)				
Seil	ZHS			ZHS	
Sitzgurt	ZHS			ZHS	
Steigeisen				ZHS (nach Bedarf)	
<b>Schuhe</b>					
Hüttenschuhe (leicht)	x (nach Bedarf)	bei Schneekontakt	x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)	x (nach Bedarf)
Skischuhe (Piste)			x (nur falls sehr bequem, Ausnahmefall bei leichten Touren)		
Skischuhe (Tour)			x	x	
Snowboardschuhe					x
Schneeschuhe (inkl. Harscheisen)		ZHS (nach Bedarf)			ZHS
Berg- / feste Wanderschuhe	x	x			
Kletterschuhe	x				

	Felskletterkurs	Wandern	Lawinenkurs	Skihochtouren (vergletschert)	Snowboardtouren
	Sportklettern	Bergsteigen	Skitouren	Skihochtourenkurs	Snowboardtourenkurs
	Sportkletterfahrten	Schneeschuhwandern	Skitourenkurs	Skidurchquerung (vergletschert)	
			Skidurchquerung (unvergletschert)		
<b>Sonstiges</b>					
Apotheke	ZHS	ZHS	ZHS	ZHS	ZHS
Karten, Kompaß		ZHS	ZHS	ZHS	ZHS
Biwaksäcke		ZHS	ZHS	ZHS	ZHS
Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS), Lawinenschaufel, Lawinsonde		ZHS (nur bei Schneeschuhtouren)	ZHS	ZHS	ZHS
Personalausweis	x	x	x	x	x
Rucksack (Volumen in Liter)	x ca. 25 - 40 l	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	x
Sonnenschutzmittel	x	x	x	x	x
Taschenlampe (möglichst Stirnlampe)	x	x	x	x	x
Tourenski, Steigfelle, Harscheisen			x	x	x Steigfelle, Harscheisen bei Splitboard
Trinkflasche	x	x	x	x	x
Versicherungskarte (Krankenk.)	x	x	x	x	x
Waschzeug	x	x (Mehrstagestouren)	x	x	x

[Bitte um Beachtung der Hinweise für Hüttengäste](#)

**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