

# **Bergschule Oberallgäu**

87545 Burgberg Edelweißstraße 5  
Tel: 08321 / 4953 Fax: 08321 / 81956  
www.alpinschule.de info@alpinschule.de

## Ausrüstungsliste für **Hochtouren**

Liebe Teilnehmer;

In den Kästchen können Sie zu Ihrer Kontrolle „abhaken“, was Sie schon eingepackt haben.

### Ausrüstung am Berg:

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Steigeisenfeste Bergstiefel   | <input type="checkbox"/> Reservewäsche   |
| <input type="checkbox"/> Steigeisen (12 Zacken, am besten ohne Riemenbindung), passend eingestellt !                                       | <input type="checkbox"/> Thermosflasche  |
| <input type="checkbox"/> Steinschlag Helm (nicht für Ötztal-, leichte Viertausenderwoche)  | <input type="checkbox"/> <u>Stirn</u> lampe mit Reservebatterie (nur bei Hüttentouren) |
| <input type="checkbox"/> Warmer Pullover bzw. Jacke (Fleece)   | <input type="checkbox"/> Eispickel   |
| <input type="checkbox"/> Anorak (möglichst Gore Tex)   | <input type="checkbox"/> Anseilgurt- oder Kombination mit Schraubkarabiner             |
| <input type="checkbox"/> Tourenhose  | <input type="checkbox"/> Kleine Rucksackapotheke                                       |
| <input type="checkbox"/> Überhose (möglichst Gore Tex)   | <input type="checkbox"/> Gamaschen   |
| <input type="checkbox"/> Lange Unterwäsche   | <input type="checkbox"/> Sonnenschutz (Mütze)  |
| <input type="checkbox"/> Strümpfe  | <input type="checkbox"/> Sonnencreme: Schutzfaktor > 20                                |
| <input type="checkbox"/> Warme Mütze   | <input type="checkbox"/> Steinschlaghelm (Ortler und Mt.Blanc)                         |
| <input type="checkbox"/> Warme Handschuhe + dünnere Handschuhe   | <input type="checkbox"/> DAV Ausweis (falls vorhanden)                                 |
| <input type="checkbox"/> Gletschergeeignete Sonnenbrille oder Gletscherbrille  | <input type="checkbox"/> Hüttenschlafsack (bei Hüttentouren)                           |
| <input type="checkbox"/> Tourenrucksack mit Regenhülle (ca. 40-50 Liter) <b>Tagesrucksack ca. 30 Liter bei Leichter Viertausenderwoche</b> | <input type="checkbox"/> Leichte Tourenverpflegung (z.B. Müsliriegel)                  |
|  | <input type="checkbox"/> Geld in Landeswährung   |

Tipp:

Leihaurüstung wie: Steigeisen, Gurt, Helm, etc. kann von der Bergschule gegen Gebühr zur Verfügung gestellt werden. Bitte teilen Sie uns dies (am besten per Mail) rechtzeitig vor der Tour mit.