

Bergschule Oberallgäu

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

Bekleidungs- und Ausrüstungsliste für Ski- bzw. Snowboardtouren- und Ausbildungsprogramme

Bekleidung und Ausrüstung (allgemein):

• Tourenrucksack	• Skibrille
• Pullover bzw. Jacke (Softshell bzw. Primaloft)	• Sonnen bzw. Gletscherbrille
• Anorak (mögl. Goretex)	• Sonnenschutz (Hut und Creme:>30)
• Ski bzw. Tourenhose	• Waschset mit kleinem Handtuch
• Überhose (Wetterschutz bei Tourenhose)	• Trinkflasche bzw. Thermosflasche
• Reservewäsche	• Kleine Taschenlampe (am besten Stirnlampe)
• Funktionelle Strümpfe	• Taschenmesser (evtl.)
• 2 paar Handschuhe (1x dick, 1 x dünn)	• Kleine Rucksackapotheke, Blasenpflaster
• warme Mütze	• Ausweis, AV-Ausweis soweit vorhanden
• Kleidung für Hütte, Gasthof, Hotel	• Geld (Landeswährung)
• Je nach Programm: Hüttenschlafsack (auf DAV-Hütten Pflicht)	• Je nach Programm: leichte Schuhe für Hütte und Hotel

Tipp:

Für eine Wochentour ist ein ca. 40-50 Liter Rucksack, mit einem Gesamtgewicht von ca. 10 Kilo zu empfehlen.

Für Tagestouren ist ein Tourenrucksack mit ca. 30-40 Liter zu empfehlen..

Spezielle Ausrüstung:

Ski-, Snowboardtouren und Lawinenseminare

Tourenski mit Tourenbindung, Skistöcke, funktionierende Steigfelle (Klebefelle), Harscheisen, Tourenskischuhe, funktionsfähiges LVS Gerät, Schaufel, Sonde.

Snowboarder: Touren-Snowboard mit Steigfellen oder Schneeschuhe, Teleskopstöcke, Rucksack mit Tragemöglichkeit für Snowboard.

Zusätzlich für Skihochtouren

angepasste Steigeisen, Hüftsitzgurt (Klettergurt), 2 Schraubkarabiner, wenn vorhanden: 1 Reepschnur 5 mm, 4 Meter lang, warme zweckmäßige Kleidung, winddichte Überbekleidung, 2 Paar Handschuhe, gletschergeeignete Sonnenbrille, Sonnenschutz, geeigneter Rucksack, Thermosflasche, funktionsfähiges LVS-Gerät, Schaufel und Sonde. Falls vorhanden Biwaksack

☞ Fehlende Ausrüstung (Tourenski, Felle, Stöcke, LVS-Gerät, Schaufel und Sonde) kann von der Bergschule gegen Gebühr geliehen werden (sofern nicht im Preis inbegriffen). Bei Bedarf bitte rechtzeitig der Bergschule mitteilen. Schuhgrößen ab Gr. 45 bzw. kleiner als Gr. 38 bitten ebenfalls unbedingt angeben

Gute und zweckmäßige Ausrüstung erhöht Ihre Sicherheit und erspart Ärger während der Tour.