

Ausrüstung für alpine Bergtouren	
Kleidung / Ausrüstung	Bemerkungen
1) Grundausrüstung	
a) Kleidung	
feste Bergschuhe	
Strümpfe / Socken	
Funktionsunterwäsche	
(Zip-) Wanderhose	
Funktions -Hemden / -Blusen / -T-Shirts	
Fleece / Softshell -Jacke	
Regenjacke / Anorak mit Kapuze	
Regenhose	
Handschuhe	
Wollmütze / Fleece­mütze / Buff	
Sonnenhut / -Mütze	
evtl. zusätzlich	
kurze Hose	
Halstuch / Stirnband	
b) Sonstiges	
Rucksack (mit Regenschutzhülle)	
Wanderstöcke	
Geld / EC-Karte	(ggf. ausländische Währungen)
Personalausweis, DAV-Ausweis, Kfz.-Papiere (grüne Versicherungskarte)	
Impfpass, Blutspendeausweis	
Sonnenbrille (evtl. Gletscherbrille)	
Sonnencreme (mind. Faktor 30), Lip­pen­schutz­creme	
Erste Hilfe Set, Rettungsdecke, pers. Medikamente	
Handy	Akku geladen Telefonnummern (Notruf/Wetter)
Trillerpfeife	Alpines Notsignal !!
Biwaksack	
Wanderkarte, Führer, Schreibzeug	Lesebrille / Lupe ?
Uhr, Höhenmesser, Kompaß / GPS-Gerät	Ersatzbatterien / Akku
Fotoapparat / Fernglas	Speicherkarte, Akku
Stirnlampe	
Taschenmesser	
Papiertaschentücher / Toilettenpapier	
Plastiktüte / Müllbeutel	
je nach Jahreszeit und Tour zusätzlich	
lange (Ski-)Unterwäsche	
Gamaschen / Schneeschuhe	
Grödeln / Steigeisen / Eispickel	
LVS-Gerät, Schaufel, Sonde	
c) Verpflegung	
Trinkflasche (mind. 1 Liter)	
Müsliriegel / Schokolade	
sonst nach persönl. Bedarf	

Ausrüstung für alpine Bergtouren	
Kleidung / Ausrüstung	Bemerkungen
2) <u>zusätzlich zu 1) für Mehrtagestouren</u>	
a) Übernachtung auf bewirtschafteten Hütten	
Hüttenschlafsack	
Hüttenschuhe / Turnschuhe	Ersatzkleidung zum Schutz vor
Waschzeug / Handtuch / Waschlappen	Feuchtigkeit in „NICHT knisternde“
Ersatzkleidung	Plastiktüten verpacken !!!
b) Übernachtung auf Selbstversorgerhütten (Winterraum)	
wie 2a) und zusätzlich	
entsprechende Verpflegung	
Teebeutel, löslicher Kaffee oder dgl.	
Thermoskanne	
Spültuch / Glitzi, Spülmittel, Geschirrtuch	
Kerzen, Feuerzeug, Zeitungspapier	
(Daunen-) Schlafsack	
c) Übernachtung im Freibiwak	
wie 2b) und zusätzlich	
Gaskocher	
Geschirr und Besteck	
Schlafsack / Isomatte / Zelt	
3) <u>Ausrüstung für Klettersteige</u>	
Klettergurt	
Klettersteigset	
Steinschlaghelm	
Klettersteighandschuhe (o. ähnl.)	
Selbstsicherungsschlinge	
ggf. zusätzlich	
Express-Set, HMS-Karabiner	
Zusatzsicherungsseil	
Klettersteigführer	
4) <u>Ausrüstung für Klettertouren</u>	
	Art und Menge der Ausrüstung richtet sich nach der geplanten Tour
Klettergurt	
Steinschlaghelm	
Reibungskletterschuhe	
Seil / evtl. Halbseile	
Bandschlingen	versch. Längen
Reepschnüre (Prusikschlingen)	versch. Längen
HMS-Schraub-Karabiner	
Abseilgerät / Abseilachter	
Express-Sets	
Klemmkeile / Friends / Camelots	
Klemmkeilentferner	

Ausrüstung für alpine Bergtouren	
Kleidung / Ausrüstung	Bemerkungen
5) Ausrüstung für Hochtouren	Art und Menge der Ausrüstung richtet sich nach der geplanten Tour
Klettergurt	
Steinschlaghelm	
steigeisenfeste Bergschuhe	
Steigeisen	
Eispickel	
Halbseil	
Eisschrauben	
Bandschlingen	
Reepschnüre (Kurz - und Langprusik)	
HMS-Schraub-Karabiner	
6) Ausrüstung für Eisklettern	Art und Menge der Ausrüstung richtet sich nach der geplanten Tour
Klettergurt	
Steinschlaghelm	
steigeisenfeste Bergschuhe	ggf. Schneeschuhe für Zustieg
Steigeisen	
Eisgeräte	
Seil	
Eisschrauben	
Bandschlingen	
Reepschnüre (Kurz - und Langprusik)	
HMS-Schraub-Karabiner	
Sicherungsgerät	
Daunenjacke	
2 Paar Handschuhe	
7) Ausrüstung Skibergsteigen (Skitouren)	
Ski mit Tourenbindung	
Felle	
Harscheisen	
LVS-Gerät, Schaufel, Sonde	
Steigeisen	passend für Skischuhe
8) Ausrüstung Skihochtouren wie 7) und zusätzlich	
Klettergurt	
Bandschlingen	
Reepschnüre (Kurz - und Langprusik)	
HMS-Schraub-Karabiner	
Eispickel	
Halbseil	
	ohne Gewähr auf Vollständigkeit
	Stand: 03 / 2014
	<i>Reinhard Labes</i>