

## AUSRÜSTUNGSLISTE SCHNEESCHUHTOUREN

- Skihose
- Shirt (zum Wechseln)
- Gore Tex Jacke oder warme Skijacke (wasserabweisend)
- Soft Shell Jacke oder Fleecejacke
- Mütze und Handschuhe (1x dünn, 1 x warm)
- Funktionsunterwäsche (lang)
- Skitouren- bzw. Skisocken
  
- Sonnenbrille
- Trinkflasche, Thermosflasche
- Wenn vorhanden Erste Hilfe Set mit Leukotape
- Sonnencreme und Lippenbalsam mit hohem Schutzfaktor
- wenn vorhanden Biwaksack, Mobiltelefon
  
- Rucksack 25l\*
- Teleskopstöcke\*
- Wasserfeste Winterschuhe
- Schneeschuhe<sup>1</sup>
- Als Zwischenmahlzeit solltest du Essen mitnehmen, das du auch bei Anstrengung verträgst und magst! (Dörrobst, Schokolade, Käse, Jausenbrot, Energieriegel, etc.)

\* diese Ausrüstungsgegenstände können bei Bedarf kostenfrei geliehen werden!

<sup>1</sup> diese Ausrüstungsgegenstände können bei Bedarf gegen eine Gebühr von 15 € geliehen werden.

