

Ausrüstung „1-Tages-Skitour“

Technische Ausrüstung	
	Tourenskis mit Tourenbindung, Harscheisen, Hauffelle
	Skitourenschuhe mit Profilgummisohle
	Skistöcke
	Lawinen-Verschütteten-Suchgerät (LVS)
	Lawinenschaufel, Sondierstange
	Rucksack
	Helm (empfohlen)

Bekleidung	
	Skihose, Windjacke
	Warme Kleidung: Lange Unterwäsche, Rollkragen-Leibchen, Pullover
	Mütze, Handschuhe (nach Bedarf ein dünnes und ein dickes Paar)
	Ersatzwäsche, Ersatzmütze und -handschuhe, Stirnband
	Skibrille, Sonnenbrille, Ersatzbrille

Karten- und Notizmaterial	
	Landeskarte
	Schreibmaterial

Besonderes	
	Taschenmesser, Taschenapotheke, Pflaster
	Sonnencreme, Lippenchutz, Sonnenhut
	Fotoapparat (Akku geladen)
	Eventuell GPS (mit LK des Gebietes, Ersatzbatterien)
	Mobil-Telefon (Akku geladen)
	Geld
	Ski- und Fellwachs
	Themosflasche mit heissem Getränk
	Proviant: Sandwich, Ei, Schokolade, Dörrobst, Nüsse, Biberli, Getreideriegel, Traubenzucker
	Für Flickarbeiten: Schnur, Draht, Klebband

Gruppenmaterial	
	Rettungsfunk