















AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Alpen-Expedition mit Wildspitze, 3772 m

REISECODE: EX9PIZ

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.





AUSRÜSTUNG

- 2 Bandschlingen 
- 2 Normalkarabiner
- Abseilgerät
- Eispickel 
- Falls vorhanden: Kompass, Höhenmesser, GPS
- Klettergurt 
- Schlafsack (750 g Daune Tcomfort -5°C lt. EN13537 
Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower oder
entsprechender Kunstfaserschlafsack)
- Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende 
Liegematte
- 2 HMS-Karabiner
- 2 Reepschnüre (60 und 180 cm)
- Bergsteigerhelm 
- Eisschraube 
- Hochtouren-gamasche 
- Rucksack ca. 60 l mit Befestigung für Pickel 
- Steigeisen mit Antistollplatte 
- Steigeisenfeste Bergschuhe (Kategorie D) 
- Teleskopstöcke mit Tellern 

BEKLEIDUNG

- Bergstrümpfe dick (Merino-Wolle)
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknend) 
- Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Isolationsjacke (warme Daunen- oder 
Kunstfaserjacke, Primaloft)
- Mütze, Stirnband, Halstuch 
- Überziehhandschuhe (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Unterziehsocken dünn
- Funktionssocken 
- Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Hochtouren-/Softshellhose mit seitl. 
Belüftungsöffnungen
- Isolationsjacke (warme Daunen- oder 
Kunstfaserjacke, Primaloft)
- Tourenhose 
- Unterziehhandschuhe (Fleece - oder 
Windstoppermaterial)

ZUSÄTZLICHES

- AV-Ausweis
- Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape 
- Feuerzeug
- Gletscher- / Sonnenbrille (Kategorie 4/100%ige UV- 
Absorption)
- Reisepass oder Personalausweis
- Taschenmesser
- Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach 
Bedarf 1,5 l)
- Bargeld
- Essnapf und Löffel
- Fotoapparat, Handy, Ladegerät
- Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- Kreditkarte
- Persönliche Medikamente
- Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+)
- Toilettenpapier
- Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, 
Nüsse, Trockenobst)

Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

- 2 Personen Zelt
- Gaskocher und Kartuschen
- Steigklemme
- Komplette Verpflegung (Expeditionsnahrung)
- Seile

Hinweise

- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt

Empfehlenswerte Karten

- Alpenvereinskarte Nr. 30/6 Öztaler Alpen – Wildspitze

TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

SOMMER

| Schuhkategorie | Aktivität | Terrain |
|----------------------|--|---|
| A | Freizeit, Alltag, Reise, Walking | Gute Wege, Parkanlagen |
| A/B | Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen | Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege |
| B | Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren | Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen |
| B/C | Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge | Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige |
| C | Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren | Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen |
| D | Absolut steigeisenfeste Bergschuhe | Weglos, Gletscher, Eistouren extrem |
| Kletterschuhe | Fels- oder Hallenklettern | Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen |

WINTER

| Schuhkategorie | Aktivität | Terrain |
|------------------------|--|---|
| B | Hohe winterfeste Trekkingstiefel mit Profilsohle (empfohlen: Gore Tex o.ä.) Schneeschuhgehen und Winterwanderungen | Im verschneiten Gebirge auch auf vereisten Wegen, auch im Einsatz mit Schneeschuhen, Grödel oder Steigeisen |
| Skitourenschuh | Skitourengehen und Skibergsteigen | Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen |
| Freerideschuh | Ski Plus und Freeride | Varianten Gelände |
| Pistenskischuh | Alpinski | Skipiste |
| Snowboard Boots | Snowboard- Splitboardtouren, Freeride | Skipisten, Varianten Gelände, Freies Skigelände auch im Einsatz mit Schneeschuhen |

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSTRÜSTUNG

patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com

TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



Rucksäcke von Deuter – bestechendes Design und hohe Funktionalität
www.deuter.com



Qualität, Innovation und bestechendes Design für den Berg- und Klettersport
www.petzl.com



Skiausrüstung von Dynafit
www.dynafit.com



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com



Wandelliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.com

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.