



AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE


REISE: Vorbereitungskurs für Expeditionen und Trekkings

REISECODE: EX9VT

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

- Hochtourenamasche 
- Schlafsack (1200g Daune Tcomfort -10°C, inkl. Kompressionsack) 
- Teleskopstöcke mit Tellern 
- Rucksack ca. 60 l mit Befestigung für Pickel 
- Stabile Bergschuhe mit einem verwindungsarmen Sohlenaufbau (Kategorie C). Empfehlenswert: Steigeisenfester Bergschuh (Kategorie D)
- Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende Liegematte 

BEKLEIDUNG

- Bequeme Kleidung und Schuhe für die Hütte
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknend) 
- Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Leichte Daunenjacke oder Primaloft (für Basislager) inkl. Kompressionsack 
- Tourenhose 
- Unterziehhandschuhe (Fleece - oder Windstoppermaterial) 
- Bergstrümpfe dick (Merino-Wolle)
- Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Isolationsjacke (warme Daunen- oder Kunstfaserjacke, Primaloft) 
- Mütze, Stirnband, Halstuch 
- Überziehhandschuhe (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Unterziehsocken dünn 

ZUSÄTZLICHES

- AV-Ausweis
- Besteck (evtl. Plastik oder bruchfest)
- Hüttenschlafsack (leichter Seidenschlafsack für Hygienewecke) 
- Persönliche Medikamente
- Thermosflasche (bruchfest mind. 1l) 
- Bargeld
- Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax 
- Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- Kreditkarte/EC-Karte
- LED-Stirnlampe mit Batterien 
- Sonnencreme & Lipenschutzcreme (LSF 30+)
- Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)


OPTIONAL

- Antibakterielles Hautreinigungsgel
- Feuchttücher
- GPS-Gerät (falls vorhanden) inkl. 2 Sätze Lithium-Batterien
- Literatur
- Fernglas
- Foto/Video
- Höhenmesser
- Karten
- Kleines Nähzeug

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 Tagebuch

 Schreibzeug

 Taschenmesser



ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

- Bandschlinge 120
- Eisschrauben
- Karabiner Ball-Lock
- Klettergurt (Size 2)
- Sicherungs/Abseilgerät ATC-XP
- Vaude MARK 3 (Zelt für 2 Pers.)
- Bandschlinge 60
- Helm
- Karabiner HMS
- Reepschnur kurz
- Steigeisen
- Eispickel
- Karabiner
- Klettergurt (Size 1)
- Reepschnur lang
- Steigklemmen

Hinweise

- Freizeitbekleidung für die An-und Abreise
- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt
-

Empfehlenswerte Karten

- Alpenvereinskarte Nr. 31/1 Stubaier Alpen – Hochstubaier

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

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



Wandelerliteratur 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.