

# AUSRÜSTUNGSLISTE SKITOUREN



## Grundausrüstung:

- Moderne und angepasste Tourenskiausrüstung (Tourenski, Felle, Harscheisen, Tourenschuhe)
- LVS Ausrüstung (LVS-Suchgerät, Lawinsonde, Lawinenschaufel)  
Diese kann bei den örtlichen Alpinsporthändlern ausgeliehen werden:
  - Alpinsport Gratz**  
Großdorf 80, 9981 Kals am Großglockner  
Tel: +43 4876 22 11 4  
Mail: [info@sport-gratz.com](mailto:info@sport-gratz.com)
  - Sport Michl**  
Großdorf 64, 9981 Kals am Großglockner  
Tel: +43 4876 84 34  
Mail: [info@sportmichl.at](mailto:info@sportmichl.at)
- Rucksack (30 Liter Volumen)
- wind- und wasserfeste Jacke mit Kapuze (Gore Tex)
- Schitourenhose
- Softshell- oder Fleecejacke
- Funktionswäsche und Wechselshirt
- Handschuhe (1x dünn, 1x dick)
- Mütze oder Stirnband
- Schihelm
- Sonnenbrille, Schibrille (mit gutem UV-Schutz)
- Sonnen- und Kälteschutzcreme mit LSF 30+ und Lipenschutz
- Thermo- oder Trinkflasche
- Proviant (z.B. Müsliriegel, Brötchen, ..)

## Nützliche Gegenstände:

- kleines Erste Hilfe Paket
- Blasenpflaster
- Magnesium und Kopfschmerztabletten
- Bargeld

