

# SKI TRANS ALP



## Packliste

Nr.	Anzahl	Gepäckstück	Gewicht	Priorität*	Notizen
Einzelaurüstung:					
1	1x	<b>Hardshell-Jacke/Überanorak</b> ein absolutes Muss im Hochgebirge, wasser- und winddicht	500 g	1	○
2	1x	<b>Skitourenhose / Hochtourenhose</b> kombiniert Wetterschutz mit Wärmeleistung	590 g	1	○
3	1x	<b>Softshelljacke</b> winddicht, wasserabweisend und leicht, Top-Isolierung	580 g	2	○
4	1x	<b>Softshellweste</b> leicht, universell, atmungsaktiv, gute Wärmeleistung	200 g	2	○
5	1x	<b>Überhose</b> gute Isolierung, wind- und wasserdicht	500 g	2	○
6	1x	<b>Daunenweste</b> perfekte Körperisolierung	300 g	3	○
7	1x	<b>Fleecepulli/Fleecejacke</b> leicht, warm, schnell trocknend, gute Bewegungsfreiheit	250 g	1	○
8	1x	<b>Kurze Hose</b> für alle, die erst spät im Winter starten	150 g	3	○
9	1x	<b>Paar Unterwäsche lang</b> funktional, leicht, schnell trocknend	400 g	1	○
10	2x	<b>Paar Unterwäsche kurz</b> funktional, leicht, schnell trocknend	600 g	1	○
11	2x	<b>Paar Socken</b> abgestimmt auf Fußanatomie und Beanspruchung im Skischuh	250 g	1	○
12	1x	<b>Mütze</b> warm und leicht, mit eingearbeitetem Fleece-Stirnband	100 g	1	○
13	1x	<b>Sturmhaube</b> enganliegend, für extrem kalte Temperaturen	100 g	2	○
14	1x	<b>Sonnenkappe</b> leicht, atmungsaktiv und wasserdicht	59 g	2	○
15	2x	<b>Paar Handschuhe</b> 1 Paar Allround-Fingerhandschuhe + Überhandschuhe	300 g	1	○
16	1x	<b>Gletscherbrille</b> dunkel, zum Schutz der Augen vor UV-A und UV-B-Strahlen	100 g	1	○
17	1x	<b>Paar Turnschuhe</b> für entspannte Füße nach einem ganzen Tag in Skischuhen und „Talhartscher“	800 g	2	○
18	1x	<b>Rucksack</b> Volumen ca 50l , übersichtliche Fächeraufteilung	1500 g	1	○
19	1x	<b>Hüttenschlafsack</b> Pflicht auf Alpenvereinslütten, hygienisch, kleines Packmaß	150 g	2	○
20	1x	<b>Notfallbiwaksack</b> aus wind- und wasserdichtem Material, reflektiert bis zu 90% der Körperwärme	108 g	2	○
21	1x	<b>Paar Tourenski</b> breiter und leichter als ein Alpinski, ideal für Abfahrten im Tiefschnee	4000 g	1	○

\* 1: zwingend notwendig, 2: sinnvoll, 3: nice to have

# SKI TRANS ALP



22	1x	<b>Paar Skitourenschuhe</b> Tragekomfort beim Aufstieg und gute Abfahrtseigenschaften	3000 g	1	○
23	1x	<b>Paar Steigeisen</b> für steile, vereiste Passagen auf Gletschern und Graten	500 g	1	○
24	1x	<b>Paar Steigfelle</b> die essentielle Aufstiegshilfe für Skitouren aller Art	500 g	1	○
25	1x	<b>Paar Teleskopstöcke</b> von Vorteil ist ein großer, flexibler Teller	500 g	1	○
26	1x	<b>Klettergurt/Karabiner</b> essentiell zum Sichern in steilen Passagen und auf Gletschern	450 g	1	○
27	1x	<b>Eispickel</b> ermöglichen sicheren Halt in vereisten Felswänden	400 g	2	○
28	1x	<b>Harscheisen</b> besserer Halt beim Aufstieg über vereistem, harschigen Schnee	200 g	1	○
29	1x	<b>Eisschraube</b> mit Kurbel zum schnellen Setzen und Entfernen im Eis	250 g	2	○
30	1x	<b>VS-Gerät/Sonde/Schaufel</b> Standard-Überlebensausrüstung, zum Suchen und Gefunden werden	1000 g	1	○
31	1x	<b>Tape/Leatherman etc.</b> zum Ausführen kleinerer Reparaturen	300 g	2	○
32	1x	<b>Stirnlampe</b> gute Sicht bei Aufstiegen und Abfahrten im Dunkeln	200 g	1	○
33	1x	<b>Trinkflasche isoliert</b> heiß bleibt heiß und kalt bleibt kalt	1300 g	1	○
34	1x	<b>Verpflegung à 3 Tage</b> Fruchtschnitten, Müsliriegel, Schokolade etc. für die Tour	1000 g	1	○
35	1x	<b>Mineraldrink</b> ersetzt Vitamine und Mineralien	300 g	2	○
36	1x	<b>Waschzeug</b> nur das Nötigste, sollte biologisch abbaubar sein	300 g	3	○
37	1x	<b>Sonnencreme/Sonnenstift</b> optimaler Schutz für die extreme Sonneneinstrahlung im Hochgebirge	200 g	1	○
38	1x	<b>Kameraausrüstung B. Ritschel</b> zu Dokumentationszwecken...	4000 g	1-3	○
Gruppenausrüstung:					
39	1x	<b>Seil</b> zum Absichern auf Gletschern, Graten und in Eiswänden	1500 g	1	○
40	1x	<b>Kocherset</b> denn: nicht alle Hütten sind im Winter bewirtet	1000 g	1	○
41	4x	<b>Gaskartuschen</b> sonst bleibt der Kocher kalt	1200 g	1	○
42	7x	<b>Landkarten/Beschreibungen/GPS</b> Orientierung mit neuester Technik und althergebrachten Methoden	400 g	1	○
43	1x	<b>Erste Hilfe-Set</b> für Notfälle	500 g	1	○
43	1x	<b>Satellitentelefon/Handy</b> für Notfälle	150 g	1	○