AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Vorbereitungskurs für Expeditionen und Trekkings

REISECODE: EX9VT

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins | Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

= Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

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

BEKLEIDUNG

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

ZUSÄTZLICHES

- ❑ Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- ❑ AV-Ausweis
- ❑ Kreditkarte/EC-Karte
- ❑ Hüttenschlafsack (leichter Seidenschlafsack für Hygienezwecke)
- ❑ Persönliche Medikamente
- ❑ Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)
- ❑ Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax
- ❑ Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)
- ❑ Bargeld
- ❑ Reisetasche (für Gepäcktransport) max. 12 kg
- ❑ LED-Stirnlampe mit Batterien
- ❑ Thermosflasche (bruchfest mind. 1l)
- ❑ Besteck (evtl. Plastik oder bruchfest)

OPTIONAL

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

- ❑ Schreibzeug
- ❑ Taschenmesser
- ❑ Tagebuch

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

- Bandschlinge 120
- Eisschrauben
- Karabiner Ball-Lock
- Klettergurt (Size 2)
- Sicherungs/Abseilgerät ATC-XP
- Zelt (3 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
- es können auch Schneeschuhe mit warmen Bergschuhen Kat. D verwendet werden

Empfehlenswerte Karten

- Alpenvereinskarte Nr. 31/1 Stubaier Alpen – Hochstubai

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 mt 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

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSRÜSTUNG

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 fürden 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

Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de

Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com

Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.com

DIE BERGE SIND UNSER ZUHAUSE. AN JEDEM ORT.

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de