



AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Vorbereitungskurs für Expeditionen und Trekkings

REISECODE: EX9VT

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

- | | |
|--|---|
| ☐ Hochtourenamasche  | ☐ Rucksack ca. 60 l mit Befestigung für Pickel  |
| ☐ Schlafsack (1000 g Daune Tcomfort –8°C lt. EN13537 
Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower) | ☐ Stabile Bergschuhe mit einem verwindungsarmen
Sohlenaufbau (Kategorie C). Empfehlenswert:
Steigeisenfester Bergschuh (Kategorie D) |
| ☐ Teleskopstöcke mit Tellern  | ☐ Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende
Liegematte  |

BEKLEIDUNG

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

ZUSÄTZLICHES

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

OPTIONAL

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

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 Tagebuch

 Schreibzeug

 Taschenmesser



ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

- BLACK DIAMOND Eispickel Raven
- MSR Gaskocher Reactor
- PETZL Bandschlinge ST'Anneau 60cm
- PETZL Helm Boreo
- PETZL Klettergurt Corax
- PETZL Sicherungsgerät Reverso
- PRIMUS Gas
- BLACK DIAMOND Karabiner Schnapper
- ORTOVOX Lawinenschaufel Pro Alu
- PETZL Bandschlinge St'Anneau 120cm
- PETZL Karabiner HMS Attache
- PETZL OK Ball-Lock
- PETZL Steigeisen Vasak
- VAUDE Zelt Mark UL 3P
- EDELRID Reepschnur 1,5m blau 5mm
- ORTOVOX Lawinensonde Alu 240
- PETZL Eisschraube Laser Speed 17cm
- PETZL Klettergurt Corax
- PETZL Reepschnur 4m rot 5mm
- PETZL Steigklemme Ascension

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 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

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSTRÜSTUNG



patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com



TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



LEKI

Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com



Roeckl
SPORTS

Traditionsmarke für hochwertige
Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de



ORTOVOX

Experte für Lawinennotfallausrüstung und
anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



ROTHER
BERGVERLAG

Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



PETZL
Access
the
inaccessible

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



Seeberger

Natürliche Ernährung auf Trekking &
Expedition
www.seeberger.com

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.