AUSRÜSTUNGSLISTE

REISE: Zehn Viertausender mit Signalkuppe, 4554 m
REISECODE: HDZER

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

= Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

- ❑ 2 HMS-Karabiner
- ❑ Bandschlinge Länge 1,2 m vernäht
- ❑ Eispickel
- ❑ Klettergurt
- ❑ Reepschnur offen - Durchmesser 5 mm - 1 x 1,5 m und 1 x 4 m
- ❑ Steigeisen mit Antistollplatte (keine Aluminium Steigeisen)
- ❑ Teleskopstöcke
- ❑ 2 Schnappkarabiner
- ❑ Bergsteigerhelm
- ❑ Eisschraube
- ❑ kurze Gamaschen
- ❑ Rucksack ca. 35-40 l
- ❑ Safe-Lock Karabiner (Ball-Lock-Karabiner)
- ❑ Stabile Bergschuhe mit einem verwindungsarmen Sohlenaufbau (Kategorie C). Empfehlenswert: Steigeisenfester Bergschuh (Kategorie D)

BEKLEIDUNG

- ❑ Bequeme Kleidung und leichte Schuhe für die Unterkunft
- ❑ Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)
- ❑ Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv)
- ❑ Isolationsjacke (warme, dämmende Daunenjacke oder Kunstfaserjacke, Primaloft)
- ❑ Warmer wind- und wasserabweisender Handschuh (Kälteschutz)
- ❑ Dünne Windstopper Fingerhandschuhe
- ❑ Funktioneller Midlayer (Softshell- oder Fleece-Jacke)
- ❑ Funktionssocken
- ❑ Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv)
- ❑ Hochtouren-/Softshellhose mit seitl. Belüftungsöffnungen
- ❑ Mütze, Stirnband, Halstuch, Sonnenkappe

ZUSÄTZLICHES

- ❑ Alpenvereins-Ausweis (falls vorhanden)
- ❑ Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax
- ❑ Kreditkarte/EC-Karte
- ❑ Persönliche Medikamente
- ❑ Reisepass oder Personalausweis
- ❑ Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)
- ❑ Bargeld
- ❑ Gletscher- / Sonnenbrille
- ❑ Hüttenschlafsack (leichter Seidenschlafsack für Hygienezwecke)
- ❑ Kamera, Smartphone, Ladegerät
- ❑ Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight
- ❑ Stirnlampe
- ❑ Toilettenartikel

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

- ❑ Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)
- ❑ Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l)

OPTIONAL

- ❑ Ersatzbrille für Brillen- und Kontaktlinsenträger
- ❑ Powerbank

Hinweise

- Für diese hochalpine Tour wird **keine Leihausrüstung** vom DAV Summit Club gestellt!
- Müllvermeidung! Bitte, wenn möglich eigene Trinkflasche und Lunchbox mitnehmen.
- Unbenötigte Bekleidung kann jeweils im Hotel Bergfreund deponiert werden.
- Bitte achten Sie unbedingt darauf:
  - auf das Gesamtgewicht Ihres Rucksackes max. 10 kg
  - Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt
- Riegel und Zwischenmahlzeit nur für die ersten beiden Tage einpacken, wenn möglich - bitte nicht für die ganze Woche. Die Zwischenverpflegung kann auf den Hütten gekauft werden.

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

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSRÜSTUNG

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 fürden Berg- und Klettersport
www.petzl.com

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

DAV SUMMIT CLUB