

# **AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE**

REISE: Haute Route: von Chamonix nach Zermatt

REISECODE: SDCHA

## **AUSRÜSTUNG**

	1 Eisschraube (17 cm)	<b>#</b>	2 HMS-Karabiner	
	2 Schnappkarabiner		Alpinrucksack (30-35l inkl. Skibefestigung)	鮋
	Bandschlinge Länge 1,2 m vernäht		Bandschlinge Länge 60 cm vernäht	
	Eispickel	Щ	Harscheisen	
	Klettergurt	Щ	Lawinenschaufel (nur Aluminium)	鮋
	Lawinensonde	Щ	Lawinenverschüttetensuchgerät	鮋
	Reepschnurr beide Durchmesser 5 mm - 1 x Länge 1,	5	Safe-Lock Karabiner (Ball-Lock-Karabiner)	
	m und 1 x Länge 4 m - beide offen		Skitourenschuhe	
	Steigeisen mit Antistollplatte	Щ	Skitourenski mit Skitourenbindung (nach Norm auf	
	Steigfelle		Ihre Werte eingestellt)	
	Teleskopstöcke mit großen Tellern	Щ	Zu Ihrer eigenen Sicherheit empfehlen wir einen Skitourenhelm	
BEK	LEIDUNG			
	Funktionssocken	Щ	Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)	Щ
	Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv)	Щ	Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv)	鮋
	Isolationsjacke (warme Daunen- oder	Щ	leichte wind- und wasserabweisende	鮋
	Kunstfaserjacke, Primaloft)	_	Fingerhandschuhe (Fleece, Windstoppermaterial	
	Mütze, Stirnband, Halstuch	<b></b>	oder Leder)	
	Warmer wind- und wasserabweisender Handschuh	Щ	Tourenhose	<b>=</b>
	(Kälteschutz)		Wechselwäsche	
ZUS	ÄTZLICHES			
	Alpenvereins-Ausweis (falls vorhanden)		Bargeld	
	Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape	Щ	Hüttenschlafsack (leichter Seidenschlafsack für	뼅
	Kamera, Smartphone, Ladegerät		Hygienezwecke)	
	Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight	Щ	Kreditkarte/EC-Karte	
	Reisepass oder Personalausweis		Persönliche Medikamente	<b></b>
	Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)		Skibrille / Sonnenbrille	■
	Thermosflasche (bruchfest mind. 1l)	Щ	Stirnlampe	Щ
	Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)		Toilettenartikel	

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

#### Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

Nachweis einer Lawinenausbildung, z.B. <u>TVSEC</u> ORTOVOX SAFETY ACADEMY oder vergleichbar erworbene Kenntnisse über die Sektion oder andere Ausbildungen.

#### Hinweise

- Für diese hochalpine Tour wird keine Leihausrüstung vom DAV Summit Club gestellt!
- Bitte achten Sie unbedingt darauf:
  - o auf das Gesamtgewicht Ihres Rucksackesmax. 10 kg
  - O Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt
  - O Ihre Ski gewachst und über scharfe Kanten verfügen. Bitte nur moderne Tourenski benutzen
- Müllvermeidung! Bitte, wenn möglich eigene Trinkflasche und Lunchbox mitzunehmen
- Riegel und Zwischenmahlzeit nur für die ersten beiden Tage einpacken, wenn möglich bitte nicht für die ganze Woche! Gewicht! Die Zwischenverpflegung kann auf den Hütten gekauft werden.
- Für diese Tour ist es entscheidend, dass der Wechsel von Ski auf Skischuhe mit Steigeisen reibungslos funktioniert.

Da es sich um eine Durchquerung handelt, bei der die Ausrüstung mehrfach angepasst werden muss – unter anderem Ski tragen und Steigeisen anlegen –, sollten Sie mit dem Handling Ihrer Ausrüstung bestens vertraut sein.

Eine sichere, zügige Umstellung erhöht nicht nur den Komfort, sondern ist auch ein wichtiger Beitrag zur Sicherheit in anspruchsvollem Gelände.

#### **Empfehlenswerte Karten**

- Schweizer Landeskarte, SLK 282 S
- Martigny, SLK 283 S
- Arolla, SLK 284 S Mischabel/Zermannt Saas Fee

## 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
В	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
С	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
В	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 AUSRÜSTUNG







Rucksäcke von Deuter — bestechendes Design und hohe Funktionalität www.deuter.com



Skiausrüstung von Dynafit www.dynafit.com



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme www.leki.com



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte www.ortovox.com



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



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839 www.roeckl.de



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer www.rother.de



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition www.seeberger.com