

# **AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE**

REISE: Alpen-Expedition mit Wildspitze, 3772 m

REISECODE: EX9PIZ

### **AUSRÜSTUNG**

	2 HMS-Karabiner		2 Reepschnüre (60 und 180 cm)	
	2 Schnappkarabiner		Abseilgerät	
	Bergsteigerhelm	Щ	Eispickel	鮋
	Eisschraube	Щ	Falls vorhanden: Kompass, Höhenmesser, GPS	
	Hochtourengamasche	Щ	Klettergurt	鮋
	Rucksack ca. 60 l mit Befestigung für Pickel	Щ	Schlafsack (750 g Daune Tcomfort -5°C lt. EN13537	鮋
	Steigeisen mit Antistollplatte	Щ	Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower oder	
	Steigeisenfeste Bergschuhe (Kategorie D)	Щ	entsprechender Kunstfaserschlafsack)	
	Teleskopstöcke mit Tellern	Щ	Therm-a-Rest-Matte oder sehr gut isolierende	藚
			Liegematte	
BEK	LEIDUNG			
	Bergstrümpfe dick (Merino-Wolle)		Funktionssocken	⊨
	Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)	Щ	Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv)	鮋
	Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv)	Щ	Hochtouren-/Softshellhose mit seitl.	
	Isolationsjacke (warme Daunen- oder	Щ	Belüftungsöffnungen	
	Kunstfaserjacke, Primaloft)		Isolationsjacke (warme Daunen- oder	Щ
	Mütze, Stirnband, Halstuch	Щ	Kunstfaserjacke, Primaloft)	<b></b>
	Überziehhandschuhe (wasserdicht, atmungsaktiv)	Щ	Tourenhose	買
	Unterziehsocken dünn		Unterziehhandschuhe (Fleece - oder	鬥
			Windstoppermaterial)	
ZUS	ÄTZLICHES			
	Alpenvereins-Ausweis (falls vorhanden)		Bargeld	
	Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape	Щ	Essnapf und Löffel	
	Feuerzeug		Fotoapparat, Handy, Ladegerät	
	Gletscher- / Sonnenbrille	Щ	Kleines Waschzeug, Reisehandtuch	
	Kreditkarte		Persönliche Medikamente	
	Reisepass oder Personalausweis		Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)	
	Taschenmesser		Toilettenpapier	
	Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach	Щ	Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade,	
	Bedarf 1,5 l)		Nüsse, Trockenobst)	

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

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

- 2 Personen Zelt
- Gaskocher und Kartuschen
- Steigklemme
- Komplettte Verpflegung (Expeditionsnahrung)
- Seile

#### Hinweise

• Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt

#### **Empfehlenswerte Karten**

• Alpenvereinskarte Nr. 30/6 Ötztaler Alpen – Wildspitze

### 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