




# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Hochtour vom Gran Paradiso zum Montblanc

REISECODE: HDMON

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige

## AUSRÜSTUNG

- |  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Bandschlinge Länge 1,2 m vernäht                                  |   | <input type="checkbox"/> Bergsteigerhelm                           |  |
| <input type="checkbox"/> Eispickel   |  | <input type="checkbox"/> Klettergurt                               |  |
| <input type="checkbox"/> kurze Gamaschen   |  | <input type="checkbox"/> Safe-Lock Karabiner (Ball-Lock-Karabiner) |   |
| <input type="checkbox"/> Steigeisen mit Antistollplatte                                    |  | <input type="checkbox"/> Steigeisenfeste Bergschuhe (Kategorie D)  |  |
| <input type="checkbox"/> Tagesrucksack ca. 30 Liter mit Befestigungsmöglichkeit für Pickel |   | <input type="checkbox"/> Teleskopstöcke mit Tellern                |  |

## BEKLEIDUNG

- |   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Bequeme Kleidung und leichte Schuhe für die Unterkunft                                       |   | <input type="checkbox"/> Funktionelle Daunenjacke mit Kapuze                      |   |
| <input type="checkbox"/> Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)   |    | <input type="checkbox"/> Funktioneller Midlayer (Softshell- oder Fleece-Jacke)    |   |
| <input type="checkbox"/> Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv)   |    | <input type="checkbox"/> Funktionssocken  |  |
| <input type="checkbox"/> Klettersteighandschuhe mit Fingerkuppen  |    | <input type="checkbox"/> Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv)                |  |
| <input type="checkbox"/> leichte wind- und wasserabweisende Fingerhandschuhe (Fleece, Windstoppermaterial oder Leder) |   | <input type="checkbox"/> Hochtouren-/Softshellhose mit seitl. Belüftungsöffnungen |   |
| <input type="checkbox"/> Mütze, Stirnband, Halstuch, Sonnenkappe  |  | <input type="checkbox"/> Sturmhaube   |   |
| <input type="checkbox"/> Warmer wind- und wasserabweisender Handschuh (Kälteschutz)                                   |  |   |   |

## ZUSÄTZLICHES

- |  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Alpenvereins-Ausweis (falls vorhanden)                            |   | <input type="checkbox"/> Bargeld   |   |
| <input type="checkbox"/> Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape                             |  | <input type="checkbox"/> Gletscher- / Sonnenbrille   |  |
| <input type="checkbox"/> Handtuch  |  | <input type="checkbox"/> Hüttenschlafsack (leichter Seidenschlafsack für Hygienezwecke)    |  |
| <input type="checkbox"/> Kamera, Smartphone, Ladegerät                                     |   | <input type="checkbox"/> Kreditkarte/EC-Karte  |   |
| <input type="checkbox"/> Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight                    |  | <input type="checkbox"/> Persönliche Medikamente   |   |
| <input type="checkbox"/> Reisepass oder Personalausweis                                    |   | <input type="checkbox"/> Skibrille   |  |
| <input type="checkbox"/> Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+)                          |   | <input type="checkbox"/> Stirnlampe  |  |
| <input type="checkbox"/> Toilettenartikel  |   | <input type="checkbox"/> Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l) |  |
| <input type="checkbox"/> Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst) |   |  |   |

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

## Hinweise

- Für diese hochalpine Tour wird **keine Leihausrüstung** vom DAV Summit Club gestellt!
- Bitte achten Sie auf das Gesamtgewicht, und darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt
- Bitte für die Mont Blanc Besteigung auf sehr warme Bekleidung/Schuhe achten!
- Schuhempfehlung z.B.: La Sportiv Nepal Evo GTX

## Empfehlenswerte Karten

- IGC-Karte Italien Blatt 101 Gran Paradiso – La Grivola – Cogne
- IGN-Karte Frankreich Blatt 3531 ET Mt.Blanc: St. Gervais

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

# TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

## SOMMER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
<b>A</b>	Freizeit, Alltag, Reise, Walking	Gute Wege, Parkanlagen
<b>A/B</b>	Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen	Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege
<b>B</b>	Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren	Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen
<b>B/C</b>	Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge	Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige
<b>C</b>	Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren	Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen
<b>D</b>	Absolut steigeisenfeste Bergschuhe	Weglos, Gletscher, Eistouren extrem
<b>Kletterschuhe</b>	Fels- oder Hallenklettern	Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen

## WINTER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
<b>B</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
<b>Skitourenschuh</b>	Skitourengehen und Skibergsteigen	Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen
<b>Freerideschuh</b>	Ski Plus und Freeride	Varianten Gelände
<b>Pistenskischuh</b>	Alpinski	Skipiste
<b>Snowboard Boots</b>	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](http://www.patagonia.com)

**TRENTINO**  
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



Rucksäcke von Deuter — bestechendes  
Design und hohe Funktionalität  
[www.deuter.com](http://www.deuter.com)



Traditionsmarke für hochwertige  
Sporthandschuhe seit 1839  
[www.roeckl.de](http://www.roeckl.de)



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme  
[www.leki.com](http://www.leki.com)



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer  
[www.rother.de](http://www.rother.de)



Experte für Lawinennotfallausrüstung und  
anspruchsvollste Bergsportprodukte  
[www.ortovox.com](http://www.ortovox.com)



Natürliche Ernährung auf Trekking &  
Expedition  
[www.seeberger.com](http://www.seeberger.com)



Access  
the  
inaccessible®

Qualität, Innovation und bestechendes  
Design für den Berg- und Klettersport  
[www.petzl.com](http://www.petzl.com)

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.