AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Hochtour vom Gran Paradiso zum Montblanc

REISECODE: HDMON

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

= Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

- ❑ Bandschlinge Länge 1,2 m vernäht
- ❑ Eispickel
- ❑ kurze Gamaschen
- ❑ Steigeisen mit Antistollplatte (keine Aluminium Steigeisen)
- ❑ Bergsteigerhelm
- ❑ Klettergurt
- ❑ Safe-Lock Karabiner (Ball-Lock-Karabiner)
- ❑ Steigeisenfeste Bergschuhe (Kategorie D)
- ❑ Tagesrucksack ca. 30 Liter mit Befestigungsmöglichkeit für Pickel
- ❑ Teleskopstöcke mit Tellern

BEKLEIDUNG

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

ZUSÄTZLICHES

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

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

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

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

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

Seeberger

Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.com

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.