

## Ausrüstungsliste Winterwandern

### Technische Ausrüstung

- Rucksack oder Airbag 30 - 40 Liter
- Schneeschuhe (mit Harscheisen)
- Skistöcke
- Winter-Bergschuhe (Isoliert)

### Notfall-Ausrüstung

- Lawinenverschütteten-Suchgerät (modernes 3-Antennen-Gerät mit neuen Batterien)
- Lawinenschaufel (bevorzugt aus Metall)
- Lawinsonde
- Erste-Hilfe (inkl. Rettungsdecke)
- Biwaksack (2-Mann)
- Reepschnur 5 m (Ø 2-6 mm)
- Stirnlampe (inkl. Batterien)
- Taschenmesser/Multifunktionswerkzeug
- Mobiltelefon

### Orientierung

- Karten M1:25.000 vom Gebiet (wenn vorhanden)
- Smartphone App „NATURFREUNDE TOURENPORTAL“ vorinstalliert am Handy! – empfohlen Version PRO
- Höhenmesser und Bussole, Planzeiger, GPS (wenn vorhanden)

### Bekleidung

- Funktionsunterwäsche
- Reserveunterwäsche
- Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Tourenhose (Softshell, Gore Tex, ...)
- Anorak (z.B. Gore Tex)
- Daunen- /Primaloftjacke

- Haube
- Dünne und warme Handschuhe

### Sonnenschutz

- Sonnen-/Gletscherbrille
- Sonnenhut/Buff/Schildmütze
- Sonnenschutzcreme, Lippenchutz

### Übernachtung

- Waschzeug
- Hüttenschlafsack, evtl. Hausschuhe
- NF-Ausweis
- Bargeld

### Proviand

- Trinkflasche
- Tourenverpflegung

### Eventuell

- Fotoapparat
- Fernglas

### Nicht vergessen

- E-Herd abschalten ☺
- Wohnung zusperren ☺