

- o Skitourenhose
- o Shirt (zum Wechseln)
- o Gore Tex Jacke
- o Daunenjacke bzw. Isolationsschicht
- o Mütze und Handschuhe (1x dünn, 1 x warm)
- o Funktionsunterwäsche (lang)
- o Skitouren- bzw. Skisocken
- o Sonnenbrille
- o Helm und Skibrille
- o Trinkflasche, Thermosflasche
- o LED Stirnlampe mit neuen Batterien
- o Erste Hilfe Set
- o Sonnencreme

- o wenn vorhanden Biwaksack, Mobiltelefon
- o Rucksack 25 bis 35l (wenn vorhanden Lawinen-Airbag Rucksack)
- o Teleskopstöcke
- o Skitourenschuhe mit Gehfunktion
- o Tourenski mit aufstiegsfähiger Bindung und Harscheisen
- o passende Aufstiegsfelle
- o Lawinen-Verschütteten-Such-Gerät mit neuen Batterien*
- o Lawinen-Sonde*
- o Lawinen-Schaufel (aus Metall)*
- o Snack zum Mitnehmen (Riegel, Power Bar, Gels, Schokolade, Nüsse, Apfel...)

*** diese Ausrüstungsgegenstände können bei Bedarf kostenfrei geliehen werden!**



ARE.YOU.SUMMIT?! MOUNTAINGUIDES

info@areyousummit.at

www.areyousummit.at

Manuel Gratz

+436649414118

Thomas Fölsner

+436643979434

