

## Ausrüstung für Bergwanderungen

### Ausweise

- Führerschein
- Personalausweis
- DAV-Ausweis (so vorhanden)

### Allgemeine Ausrüstung

- Bergschuhe, fest
- Berghose
- Sporthemd
- Pullover (dick & dünn)
- Anorak, mit Kapuze
- Regenschutz
- Strümpfe, Bundsocken
- Mütze, Sonnenhut, -brille, -schutzmittel
- Reservewäsche & Plastikbeutel
- Unterhose, lang
- Taschentücher
- Handschuhe (auch für Klettersteig)
- Hüttenschuhe, Hüttenbekleidung (Jogging-Anzug)
- Waschzeug & Handtuch
- Taschenlampe (Ersatzbirne, -batterie)
- Trinkflasche, 1 - 2 l
- Lippenschutz
- Bergapotheke (pers. Bedarf, z.B. Pflaster, Elastikbinde)
- Toilettenpapier (zumeist nicht nötig)
- Rucksack
- Foto- / Filmausrüstung
- (Hütten)-Schlafsack
- Ersatzschnürsenkel (für Bergschuhe)
- Sicherheitsnadel(n)

### Spezielle Tourenausrüstung

- Helm
- Brust- und Sitzgurt
- Reepschnur, 1,5 mlang, 6 mm ø
- Reepschnur, 5,0 mlang, 6 mm ø
- 2 Schraubkarabiner, geeignet für Kletterleitern etc.
- Eispickel (einmal pro Wandergruppe)
- Steigeisen (einmal pro Wandergruppe)
- Seil 40 - 55 m, 11 mm ø (einmal pro Wandergruppe)
- evtl. Teleskopstöcke
- evtl. Gamaschen
- evtl. Kompass
- evtl. Höhenmesser

### Verpflegung

- nicht zuviel Gewicht; auf den Hütten gibt es Verpflegung!!!
- Teebeutel
- Trockenobst, Schokolade, Müsliriegel
- Isostar, Mineralsalze (Magnesium, Calcium)
- Dosenwurst, Landjäger

### Sonstiges

- Geld (z.B. Schweizer Franken)
- Brustbeutel
- Taschenmesser
- Spielkarten
- Wanderkarten
- Plastikbeutel für Wäsche (wg. Geruch)
- für Rückfahrt: frische Wäsche (bleibt im Auto)
- ...
- ...