

Ausrüstungsliste - Freeride Ski

Bekleidung

- Skihose
- Anorak mit Kapuze aus Gore-Tex
- Sportsocken
- Funktionsunterwäsche, Sportunterwäsche, Funktionsshirt
- Jacke oder Pullover aus Wolle, Fleece, Windstopper, Softshell
- Ersatzwäsche und Packbeutel
- Mütze, Sonnenkäppi
- Warme Fingerhandschuhe
- Ersatzhandschuhe

Skiausrüstung (Skikanten, Belag, Bindung Z-Wert und die Felle überprüfen)

- Freerideski (Mitte 94 - 110 mm) mit Tourenbindung, Skibremse, Felle, Skischuhe, Stöcke, Wachs
- Rucksack ca. 25 Liter (mit Tragevorrichtung für Ski)
- ABS-Lawinenairbag (optional)
- Skihelm

Notfallausrüstung / Leihweise

- Lawinen-Verschütteten-Suchgerät (LVS-Gerät)
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde
- Biwaksack

Zusätzlich bei Gletschertouren

- Hüftsitzgurt
- Seil 40 - 50 m
- 2 Prusikschlingen, 6 mm Durchmesser, Länge 460 cm (verschiedene Farben)
- 1 Kurzprusikschlinge, 6 mm Durchmesser / Steigklemme: Petzl TIBLOC
- 1 Bandschlinge 90 cm
- 1 Bandschlinge 120 cm
- 1 Schraubkarabiner
- 1 HMS-Karabiner mit Schraubverschluß
- 1 Safelock-Karabiner: Petzl AM'D mit Ball-Lock
- 2 Normalkarabiner
- 1 Seilrolle: Petzl PARTNER / Petzl MINI
- 1 Paar 10-Zack-Leichtsteigeisen: Petzl IRVIS / Black Diamond NEVE GRAMPON und Steigeisenbeutel
- 1 Leichtpickel, Länge ca. 52 - 60 cm: Petzl GLACIER / SUMMIT

Sonstiges

- Kleine Apotheke: Persönliche Medikamente, Blasenpflaster "Compeed", Hansa- und Leukoplast, Verbandspäckchen, Mullbinde, Elastische Binde, Rettungsdecke
- Sonnenbrille und Skibrille
- Brillenträger: Ersatzbrille / Kontaktlinsen und Kontaktlinsenzubehör
- Sonnenschutz für Haut u. Lippen (mind. LSF 30)
- Toilettenbeutel, kleines Handtuch, Tempo-Taschentücher, Oropacks-Ohrstöpsel
- Leichter Hüttenschlafsack aus Seide (für Hüttentouren)
- Leichte Hüttenschuhe (für Hüttentouren)
- Trink- oder Thermosflasche mind. 1 Liter
- Tourenproviant, Mineral-Brausetabletten, Taschenmesser, Müllbeutel / Drecksack
- Stirnlampe: Petzl ACTIK / IKO CORE / SWIFT RL und Ladegerät
- Handy und Ladegerät
- Bargeld, Devisen, EC-Karte, Kreditkarte
- Personalausweis, Führerschein, DAV-Mitgliedsausweis, Krankenversicherungskarte
- Höhenmesser, Kompass/GPS, Gebietsführer, Topographische Karte