



Checkliste Packliste

Aufbau deiner Checkliste

Die Packliste kannst du in folgende Kategorien einteilen:

- Standardausrüstung
- Alpinausrüstung
- Zusätzliches

Deine Standardausrüstung

Zur Standardausrüstung zähle ich alle Dinge, die du direkt am Körper trägst. Die meisten Gegenstände der Liste sind nicht von der Tour abhängig. Du passt die Ausrüstung speziell den Gegebenheiten und der Temperatur an.

Standardausrüstung	sinnvolle Ergänzung
Bekleidung/Schuhe	
Funktionsunterwäsche und Socken	bequeme Kleidung für die Hütte
Wechselwäsche	Sturmhaube, Stirnband
Hochtourenhose	lange, wärmende Unterwäsche
Jacke	
Außenjacke	Eisklettern
Handschuhe	Funktionspullover
Mütze	Handschuhe Fingerling
steigeisenfeste Bergschuhe	Warme Funktionsunterwäsche
Sonnenkappe	Wasserabweisende Hose
Halstuch	



Deine Alpinausrüstung

Die Alpinausrüstung ist tourenabhängig. Die Gegenstände auf der linken Seite solltest du bei Gletschertouren immer bei dir haben. Je nach Art der Tour solltest du deine Ausrüstung ergänzen.

Standardausrüstung	sinnvolle Ergänzung
Alpinausrüstung	
Hochtourenrucksack ca.30-45 Liter	Teleskopstöcke
Klettergurt	1-2 mechanische Seilklemmen
2 HMS- Karabiner	1 Seilrolle
4 Normalkarabiner	Helm (je nach Tour)
1 Reepschnur 5mm – 4m lang	
1 Reepschnur 5mm – 2m lang	zusätzlich auf kombinierter Tour
1 Bandschling 120 cm	mobile Sicherungsmittel
1 Eisschraube	5-7 Expressschlingen
Steigeisen	2 Halbseile oder Zwillingseile
imprägniertes Seil (50m Länge)	zusätzliche Bandschlingen und Reepschnüre
	Abseilgerät
	Eisklettern
	5 Eisschrauben
	Steigeisen für das Steileis
	2 Bandschlingen 120cm
	3 HMS Karabiner
	5 Expressschlingen
	2 Normalkarabiner
	Doppelseil
	Kurzprusik



Zusätzliches

Unter der Kategorie Zusätzliches zählt alles für deine Verpflegung und deinen persönlichen Schutz.

Standardausrüstung	Sinnvolle Ergänzung
Zusätzliches	
Gletscherbrille	Ohropax
Sonnencreme, Lipenschutz	Fotoapparat
Hüttenschlafsack	Taschenfernglas
Biwaksack	
bruchfeste Trinkflasche	
Getränke	
Erste Hilfe Set	
Handy	
Verpflegung (Riegel, Gele)	
Stirnlampe	
Bargeld, EC-Karte	
Thermosflasche	