

HOCHTOUREN PACKLISTE

Kleidung

- Funktionsunterwäsche (Merino oder Synthetik)
- Langarmshirt und kurzärmliges Funktionsshirt
- Fleece- oder Softshelljacke als Midlayer
- Leichte Daunen- oder Kunstfaser-Jacke
- Hardshelljacke, wasser- und winddicht
- Robuste Tourenhose
- Überhose (wind- und wasserdicht)
- Warme Mütze, Schlauchtuch, Cap
- Dünne und dicke Handschuhe

Bergschuhe

- Bergschuh Kategorie B/C oder C
- Passende Einlegesohlen
- Gamaschen, je nach Schneelage
- Ersatzschnürsenkel

Rucksack

- Tourenrucksack
- Regenhülle (sofern der Rucksack nicht bereits wasserdicht ist)
- Packsäcke zur Organisation im Rucksackinneren

Am Gletscher

- ☐ Steigeisen (Bindung passend zum Bergschuh)
- ☐ Pickel
- ☐ Hüftgurt bzw. Hochtourenzugurt
- ☐ Alpinhelm
- ☐ Seil für die Seilschaft
- ☐ Bandschlingen
- ☐ Reepschnüre
- ☐ HMS-Karabiner und Normalkarabiner
- ☐ Seilklemme und Seilrolle mit Rücklaufsperre
- ☐ Eisschrauben (je nach Route und Sicherungskonzept)
- ☐ Teleskopstöcke

Orientierung & Technik

- ☐ Topografische Karte oder Gebietsführer
- ☐ Kompass
- ☐ Höhenmesser
- ☐ GPS-Gerät (optional)
- ☐ Sportuhr
- ☐ Stirnlampe
- ☐ Aufgeladenes Mobiltelefon mit gespeicherter Notfallnummer
- ☐ Ersatzakku und Ladegerät bzw. Powerbank

Notfallausrüstung

- Erste-Hilfe-Set
- Biwaksack
- Rettungsdecke
- Schmerzmittel
- Blasenpflaster

Praktisches Zubehör

- Trinkblase
- 1-2 Trinkflaschen
- Ausreichend Proviant
- Taschenmesser oder Multitool
- Bargeld
- Mülltüte
- Sitzunterlage
- Kabelbinder
- Tape

Sonnenschutz

- Gletscherbrille / hochwertige Sonnenbrille (Kategorie 3–4)
- Sonnencreme (LSF 50)
- Lippenchutz mit UV-Filter

Zusatzausrüstung bei Hüttenübernachtung

- Hüttenschlafsack
- Kleines Handtuch und Waschzeug im Kulturbeutel
- Hüttenschuhe
- Alpenvereins- oder Naturfreunde-Ausweis
- Ohrstöpsel