

Was nimmst du denn mit... auf Hochtour?

- Gurt
- Helm
- Rucksack (35-40 l)
- 50 m Seil (evtl. an Seilschaftsgröße anpassen, min. 8 mm)
- 3x HMS/Schraubkarabiner
- 1x Safe-Lock Karabiner
- 2x Keylock Karabiner (gleiches Modell)
- 1x Ti Bloc
- 1x Micro Traxion
- 1x 120cm Bandschlinge
- 1x 2m Prusik (6mm)
- 1x 3m Prusik (6mm)
- 2x Eisschraube (min. 16 cm)
- 1x Pickel
- Steigeisen
- geeignete Bergstiefel (min. bedingt steigeisenfest)

- 2x T-Shirt (z.B. SN Merino Essential I.D. Tee)
- 2x Unterwäsche (z.B. SN Merino Base Mid Boxer 175)
- 1x langarm Shirt (z.B. SN Merino Base 1/4 Zip 175)
- 1x Funktionspullover
- 2x Funktionssocken (z.B. P.A.C. Original TR 4.0 Trekking Pro)
- funktionelle Softshellhose (Kantenschutz!)
- Windstopperjacke
- Daunenjacke
- Regenschutz
- Hüttenschuhe
- Hüttenschlafsack
- Hüttenhose (kurz oder lang)
- 2x Mütze/Stirnband (z.B. P.A.C. Original Merino Hat/Headband)
- 2x Handschuhe

- Stirnlampe (+Ersatzbatterien)
- Gletscherbrille/Sonnenbrille
- Trinkflasche (1-1,5 l)
- Messer
- Biwaksack
- Toilettenpapier
- Ohrenstöpsel



- Zahnbürste + -pasta
- Duschgel
- Handtuch
- Reiseapotheke
- 1. Hilfe Set
- Sonnen-/Lippenschutz
- Tourenverpflegung (z.B. Riegel)
- Handy (voller Akku?)
- Geld
- Ausweis