

## Ausrüstungsliste Hochtouren

Rucksack  
Bergschuhe  
Warme Kleidung (Schichtenprinzip)  
Regenjacke  
Handschuhe  
Mütze/Stirnband  
Sonnenhut  
ev. Gamaschen  
Steigeisen  
Pickel  
Anseilgurt  
Helm  
2 Schraubkarabiner  
1 Bandschlinge  
1 Reepschnur 6 mm (1.20m)

(Thermos-) Flasche  
gute Sonnenbrille  
Sonnencrème/Lippenschutz  
Stirn- oder Taschenlampe  
Toilettenartikel  
ev. Seidenschlafsack  
ev. Blasenpflaster  
ev. persönliche Medikamente  
ev. Fotoapparat  
wenn vorhanden: SAC-Ausweis  
Geld für Transporte und Getränke  
ev. Halbtax-Abo  
Lunch für Anzahl Tage  
Landeskarte