



Ausrüstungsliste

Skitouren Ätna -Italien-

Unsere Ausrüstungsliste beruht auf unserer Erfahrung.

Die Verantwortung über Deine persönliche Ausrüstung liegt bei Dir selbst.

Tipp: Markiere Deine Ausrüstungsgegenstände, um Verwechslungen auszuschließen

Freizeitbekleidung

- für An- und Abreise (kann ggf. in der Unterkunft aufbewahrt werden)
- Bekleidung für Aufenthalt und Übernachtung (Hütte, Lodge, Zelt)

Bekleidung Schicht - 1 - Unterwäsche:

- Sportunterwäsche, min. 2x
- Funktionsunterwäsche lang, min. 2x
- Funktionssocken wasserdicht
- Funktionssocken lang, min. 2x
- T-Shirt, min. 2x
- Langarmshirt/Longsleeve, min. 2x
- Badebekleidung Bademöglichkeit vor Ort

Bekleidung Schicht - 2 - wärmende Schicht:

- Funktionspullover
- Funktionsweste kurzarm
- Softshell-/Primaloftjacke
- Softshell-/Skitourenhose

Bekleidung Schicht - 3 - Wind- und Wetterschutz:

- Hardshelljacke, wind- und wasserfest
- Hardshellhose, wind- und wasserfest
- Wärme-/Isolierjacke (Primaloft)
- Wärme-/Isolierhose (Primaloft)

Wir weisen darauf hin, dass Deine Bekleidung so funktionell wie möglich gewählt werden sollte, d.h. schnelltrocknende Bekleidung z.B. Merinowolle für Unterwäsche (Schicht 1) und die wärmende Schicht (Schicht 2), sowie wind- und wasserfeste Kleidungsstücke für die Oberbekleidung (Schicht 3)



Handschuhe:

- Unterziehhandschuhe
- Leichte Tourenhandschuhe
- Überziehhandschuh, wind- und wasserfest
- Fingerhandschuhe wasserabweisend, warm

Gesicht und Kopf:

- Sonnenbrille Schutzklasse 2-3
- Ski- und Schneibrille Schutzklasse 2-3
- Schlauchtuch
- Sturmhaube/Gesichtsmaske
- Wollmütze
- Windstoppermütze warm
- Sonnenschutz für den Kopf (Cap, Tuch oder Sonnenhut)
- Skitourenhelm

Schuhe:

- Schuhe für die Unterkunft und Übernachtung (z.B. Crocs/Hüttenschuhe)
- Berg-/ Wanderschuhe Kat.B (für schlechte Wege und Steine, leichte Trekkingtouren, Schneeschuhwandern)
- Tourenskischuh (inkl. angepassten Steigeisen)
- Heizsohlen oder Heizpads

Bergausrüstung:

- Hochtouren-/Leichtgurt*
- Tourenskiausrüstung (Tourenski, Felle, Harscheisen)
- Tourenstöcke mit Schneetellern*
- Lawinensonde*
- LVS (Lawinenverschüttetensuchgerät) inkl. neuen Batterien*
- Lawinenschaufel aus Metall*

Campingausrüstung:

- Sitzkissen aufblasbar
- Trinkflasche aus Kunststoff, min.1l, ggf. mit Thermohülle
- Thermosflasche, min.1l

Rucksack:

Ich packe meinen Rucksack... so leicht wie möglich, so schwer wie nötig. Packe Deinen Rucksack mit Bedacht, damit Du auf deinem Bergabenteuer entspannt unterwegs sein kannst.

- Rucksack 25-35 Liter inkl. Regenhülle (Mehrtagestour, Hochtour, Skitour)



Reisegepäck:

Ein Koffer ist NICHT geeignet, da das Gepäck bei Expeditionen von Trägern und Lastentieren getragen, oder bei einer Tour mit Hüttenübernachtung von der Materialbahn transportiert wird.

- Reisetasche/Seesack 120 Liter inkl. Gepäckschloss
- Depot-Tasche inkl. Gepäckschloss

Hygieneartikel:

- Waschzeug inkl. Mikrofaserhandtuch
- Toilettenpapier
- Feuchttücher
- Tampons oder Binden
- Taschentücher
- Sonnencreme & Lipenschutz
- FFP 2 Maske
- Handdesinfektionsmittel
- Insektenschutzmittel

Unverzichtbares Material das auf keiner Tour fehlen darf:

- Stirnlampe inkl. Ersatzbatterien oder Akkus
- Notfallapotheke inkl. Rettungsdecke
- Taschenmesser/Multitool
- Biwaksack
- Feuerzeug/Feuerstein

Persönliches:

- Wichtige persönliche Medikamente
- Personalausweis
- EC-/Kreditkarten
- Versicherungsnachweis (Auslandskranken- und Bergkostenversicherung)
- Impfausweis/-nachweis
- Alpenvereinsausweis

Weitere Empfehlungen:

- Bargeld in Landeswährung
- Sportuhr mit Weckfunktion
- Topographische Karten des Gebiets (analog oder digital)
- Reisewaschmittel (biologisch abbaubar)
- Verschiedene Packsäcke für Schmutzwäsche und zum wasserdichten Verpacken
- Smartphone mit Powerbank
- Energieriegel
- Blasenpflaster
- Ohropax

*Mit Stern markierte Gegenstände kannst Du auf Anfrage bei AMICAL ALPIN leihen. Bitte gib uns hierfür unbedingt 2 Wochen vor Tourstart per Mail an info@amical-alpin.com bescheid.

Danach kann aus organisatorischen Gründen NICHT mehr verliehen werden!

Wir wünschen Dir viel Freude und Erfolg beim Vorbereiten auf Dein unvergessliches Bergerlebnis!