

## **Ausrüstungsliste für Ski und Schneeschuhtouren**

### **Empfehlung Sektion Landau**

Tourenski/ Telemark/ Snowboard/ Schneeschuhe/ Tourenstöcke  
Tourenskischeuhe  
Steigfelle, Harscheisen  
Verschüttetensuchgerät (mindestens 2 Antennen-Gerät)  
Lawinenschaufel, Sonde  
Skibrille, Sonnenbrille, Sonnenschutzcreme  
Skihelm nach pers. Entscheidung  
30 l Rucksack bei Talstützpunkt, bei Hüttentouren 35-45 l  
Kleidung nach dem Zwiebelprinzip  
Überbekleidung für Regen und Wind  
Mütze und oder Buff  
Ein paar Fleecehandschuhe und ein Paar warme Fingerhandschuhe oder  
Fäustlinge  
Stirnlampe, 2-Mann Biwacksack  
Erste- Hilfe-Set / persönliche Medikamente / Reservebekleidung, Waschzeug  
Hüttenschlafsack / Trinkflasche 2L / Tourenverpflegung / Kompass /  
Höhenmesser / Geld / Personalausweis / DAV-Ausweis