

# AUSRÜSTUNG

## TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack
- Freeride- oder Tourenski
- Skistöcke
- Skischuhe
- Skihelm

## NOTFALL-AUSRÜSTUNG

- Lawinenschütteten-Suchgerät (modernes digitales 3-Antennengerät, mit ausreichend Batterien)
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde
- Erste-Hilfe Set

## PROVIANT

Optional - ansonsten Geld für Essen im Gasthaus

- Getränke (Tee wird empfohlen)
- Tourenverpflegung

## BEKLEIDUNG

- Funktionsunterwäsche (Synthetik oder Wolle)
- Skisocken
- Pullover/Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Skihose (Softshell, Gore, ...)
- Anorak (wasser-/winddicht, zB Gore)
- Evtl. leichte Daunenjacke/-gilet
- warme Handschuhe
- Skibrille

## SONNENSCHUTZ

- Sonnenschutzcreme (min. Faktor 30)
- Lippenchutz