AUSRÜSTUNG

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack
- Tourenski mit Tourenbindung (eingestellt auf Schuh und Körpergewicht)
- Skistöcke
- Tourenskischuhe
- (Spann-) Klebefelle (auf den Ski passend)
- Harscheisen (zu Bindung u. Ski passend)
- Skihelm

NOTFALL-AUSRÜSTUNG

- Lawinenverschütteten-Suchgerät (modernes digitales 3-Antennengerät, mit ausreichend Batterien)
- Lawinenschaufel
- Lawinensonde
- Erste-Hilfe
- Biwaksack*
- Stirnlampe
- Taschenmesser/Multifunktionswerkzeug

PROVIANT

- Getränke (Tee wird empfohlen)
- Tourenverpflegung

BEKLEIDUNG

- Funktionsunterwäsche (Synthetik oder Wolle)
- Reserveshirt
- Skitourensocken
- Pullover/Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Softshelljacke
- Skitourenhose (Softshell, Gore, ...)
- Anorak (wasser-/winddicht, zB Gore)
- Evtl. leichte Daunenjacke/-gilet
- Mütze
- dünnere Handschuhe (... für den Aufstieg)
- warme Handschuhe (... für die Abfahrt)
- Skibrille

SONNENSCHUTZ

- Sonnenbrille (hochwertiges Glas)
- Sonnenschutzcreme (min. Faktor 30)
- Lippenschutz

* wer hat

SICHERES VORARLBERG
Fonds Sichere Gemeinden
Unfallverhütungsstelle

Realschulstraße 6 | 1. Stock
6850 Dornbirn
Österreich

T +43 5572 54343 – 0
info@sicheresvorarlberg.at
www.sicheresvorarlberg.at

Der Fonds wird getragen von den Gemeinden, dem Land Vorarlberg, der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt sowie der Sozialversicherungsanstalt der Selbstständigen, der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahn und Bergbau und der Österreichischen Gesundheitskasse.