



# Materialliste für Hochtouren



Deutscher Alpenverein  
Sektion Eggenfelden

## spezielle Hochtourenausrüstung:

- Bergschuhe für Steigeisen geeignet
- Rucksack mit Pickelbefestigung (Fassungsvolumen ca. 35 bis 40 Liter)
- Hüftgurt\*, evtl. Brustgurt\* (wenn nicht Rettungsschlinge verwendet wird)
- 2 Stück verschlussgesicherte Karabiner\* (Safe-lock-Karabiner)
- 2 Stück Normalkarabiner\*
- Steigeisen\* (möglichst 12-Zackengeräte)
- 1 Eispickel\*
- Garmaschen
- Seil und Eisschrauben\* (nach Absprache mit dem Tourenleiter)
- 3 Stück Prusikschlingen (lange, mittlere und kurze Länge)
- 2 Stück Bandschlingen, vernäht (Länge 120 cm)
- Biwaksack\* (bei 2-Personenbiwaksack nach Absprache)
- Stirnlampe (Aufbruch vor Sonnenaufgang möglich)
- Kopfschmerztabletten (bei großer Höhe können Kopfschmerzen auftreten)

## Kleidung:

- Hochtouren geeignete Kleidung
- Wetterschutz aus Gore-Tex-Jacke bzw. -Hose (oder vergleichbares Gewebe)
- Kälteschutz aus Fleecebekleidung (Temperaturen im Minusbereich möglich)
- Handschuhe
- Mütze
- Kleidung für Sonnenschutz (Kappe, etc.)
- Unterwäsche aus Funktionsfaser oder Wechselkleidung
- Kleidung nach eigenem Bedarf

## Sonstige Ausrüstung:

- Sonnencreme und Lippenchutz (hoher Lichtschutzfaktor)
- Sonnenbrille
- Ausweispapiere (DAV-Ausweis und Personalausweis)
- Verpflegung tagsüber (Übernachtung in bewirtschaftete Hütte meist mit HP)
- Trinkflasche (besser Thermosflasche), evtl. Teebeutel
- Waschzeug
- Erste-Hilfe-Set (nach Absprache mit Tourenleiter)
- persönliche Medikamente
- Hüttenschuhe
- Hüttenschlafsack

## Tourenvorbereitung:

- anpassen der Steigeisen an die Bergschuhe
- Batteriecheck bei der Stirnlampe

\* Die mit einem Stern gekennzeichneten Gegenstände können bei der Sektion kostenfrei ausgeliehen werden!