



# Schneeschuhkurs Basis in Salzburg

## Ausrüstungsliste

### Bekleidung je nach Witterung

- 2 Skisocken
- Gamaschen
- Handschuhe + Haube (1x dünn und 1x warm)
- Jacke, wind- und wasserdicht
- Lange Unterhose
- Primaloft- oder Fleecejacke
- Schlafbekleidung
- Überhose (warm, wind & wasserabweisend, wie z.B.: Skihose oder Softshellhose)
- Warme Funktionsunterwäsche + Wechselleiberl
- Winterstiefel/-schuhe, Winterbergschuhe (hohe, gefütterte, wasserdichte Schuhe)

### Technische Ausrüstung

- Lawinensonde + Lawinenschaufel (aus Metall)
- LVS (Lawinen-Verschütteten-Suchgerät) mit neuen Batterien oder >50%
- Schneeschuhe
- Teleskopskistöcke (mit Schneeteller)
- Rucksack ca. 35-40L (mit Befestigungsmöglichkeit für Schneeschuhe)

### Allgemeine Ausrüstung

- Bargeld
- Erste Hilfe mit Leukotape
- Hüttenschlafsack (dünn, Seide)
- Jause für tagsüber (z.B. Nüsse, Müsliriegel, Schoko,...) + Teesäckchen
- Mobiltelefon aufgeladen
- Sonnenbrille (gut abschließend) + Sonnencreme + Lippestick + Kapperl
- Stirnlampe mit neuen Batterien
- Toilettenartikel im Kleinstformat
- Trinkflasche oder Thermosflasche
- Zweimann-Biwaksack

### Optionale Ausrüstung

- Bussole + Höhenmesser + GPS
- Entsprechende topographische Karte (z.B. AV-Karte) + Planzeige
- Kamera
- Mitgliedsausweis alpiner Vereine (Naturfreunde, ÖAV, DAV, SAC)

**Falls etwas ausgeliehen werden muss, bitte um rechtzeitige Kontaktaufnahme!**