



**Dieter Peneder**  
**Staatl. geprüfter Berg- und Skiführer**  
Weinmeisterstraße 2/6  
4560 Kirchdorf an der Krems  
Mobil: +43 (0)664/344 54 84  
Mail: [info@dieter-peneder.at](mailto:info@dieter-peneder.at)

---

## Ausrüstungsliste Skihochtouren

- Tourenski (mit entsprechender Tourenbindung)
- Tourenskistöcke (mit großem Teller)
- Tourenskischuhe
- Steigfelle (Spannklebefelle mit gut haftender Klebeschicht)
- Harscheisen
- Digitales LVS-Gerät (mit neuen Batterien)
- Lawinenschaufel (Metallschaufel)
- Lawinensonde
- Rucksack ca. 35 - 40 Liter (mit Hüftgurt und seitlicher Skibefestigungsmöglichkeit)
- Steigeisen (mit Kipphelbindung und Antistollplatte)
- Pickel (kurz und leicht)
- Funktionelle Skitourenbekleidung
- Gore Tex Anorak
- Skitourenhose
- Leichte Primaloft- oder Daunenjacke
- Softshell- oder Fleecejacke
- Haube, Stirnband, Sonnenkappe
- Hochwertige Handschuhe
- Zusätzliche Wärmebekleidung (Sturmhaube, Gesichtsmaske, Schlauchtuch, Unterziehhandschuhe aus Seide, Überfäustlinge, lange Unterwäsche)
- Reservebekleidung (dünne Hose und T-Shirt für die Hütte,...)
- Hüftgurt
- Safelock-Karabiner (z.B.: Balllock von Petzl)
- 2 HMS-Schraubkarabiner
- Bandschlinge 120 cm
- Reepschnur 6 mm x 5 m
- Kleine Rucksackapotheke
- Biwaksack
- Stirnlampe (mit neuen Batterien)
- Sonnenbrille (gletschertauglich)
- Skibrille
- Sonnencreme und Lippenchutz
- Thermosflasche (evtl. Brausetabletten)
- Tourenproviant
- Toilettartikel (Kleinformat)
- Persönliche Medikamente
- Hüttenschlafsack (Seide oder ähnlich)
- Ohropax (für Nächtingungen im Matratzenlager)
- Alpenvereinsausweis (sonst Mehrkosten bei den Hüttennächtingungen)
- Digitalkamera
- Bargeld
- Mobiltelefon mit Ladegerät