



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

Ausrüstungsliste Skitourenwoche Abruzzien

- Tourenski (mit entsprechender Tourenbindung)
- Tourenskistöcke (mit großem Teller)
- Tourenskischuhe
- Steigfelle
- Harscheisen
- Digitales LVS-Gerät (mit neuen Batterien)
- Lawinenschaufel (Metallschaufel)
- Lawinensonde
- Rucksack ca. 35 Liter (mit Hüftgurt und seitlicher Skibefestigungsmöglichkeit)
- Steigeisen oder Alu-Leichtsteigeisen (mit Kipphebelbindung und Antistollplatte)
- Pickel (kurz und leicht)
- Skihelm
- Funktionelle Skitourenbekleidung
- Gore Tex Anorak
- Skitourenhose
- Leichte Primaloft- oder Daunenjacke
- Softshell- oder Fleecejacke
- Haube, Stirnband, Sonnenkappe
- Hochwertige Handschuhe
- Zusätzliche Wärmebekleidung (Sturmhaube, Schlauchtuch, Unterziehhandschuhe aus Seide, Überfüstlinge, lange Unterwäsche)
- Reservebekleidung bzw. Wechselwäsche
- Kleine Rucksackapotheke
- Biwaksack
- Stirnlampe (mit neuen Batterien)
- Sonnenbrille
- Skibrille
- Sonnencreme und Lippenchutz
- Thermosflasche
- Persönliche Medikamente
- Bargeld
- Mobiltelefon mit Ladegerät
- Reisedokument