

Ausrüstungscheckliste Hochtour

<input type="checkbox"/>	Anorak	<input type="checkbox"/>	Pullover
<input type="checkbox"/>	Hemd	<input type="checkbox"/>	Hose
<input type="checkbox"/>	Unterwäsche	<input type="checkbox"/>	Strümpfe
<input type="checkbox"/>	Steigeisenfester Bergschuh	<input type="checkbox"/>	Gletscherbrille
<input type="checkbox"/>	Handschuhe	<input type="checkbox"/>	Überhandschuhe
<input type="checkbox"/>	Windschutzkleidung	<input type="checkbox"/>	Skistöcke (Teleskop)
<input type="checkbox"/>	Fester Trekkingschuh	<input type="checkbox"/>	Gamaschen
<input type="checkbox"/>	Tourenapotheke	<input type="checkbox"/>	Unterhemd / T-Shirt
<input type="checkbox"/>	Mütze	<input type="checkbox"/>	Trinkflasche
<input type="checkbox"/>	Tourenproviant	<input type="checkbox"/>	Sonnenbrille
<input type="checkbox"/>	Sonnencreme	<input type="checkbox"/>	Rettungsdecke
<input type="checkbox"/>	Lippenschutz	<input type="checkbox"/>	Taschen – od. Stirnlampe
<input type="checkbox"/>	Fotoapparat	<input type="checkbox"/>	Sturmhaube
<input type="checkbox"/>	AV-Ausweis	<input type="checkbox"/>	Steigeisen
<input type="checkbox"/>	Thermosflasche	<input type="checkbox"/>	Steinschlaghelm
<input type="checkbox"/>	Hüttenschafsack	<input type="checkbox"/>	Reservebatterie
<input type="checkbox"/>	Biwaksack	<input type="checkbox"/>	2 Schraubkarabiner
<input type="checkbox"/>	Eispickel	<input type="checkbox"/>	2 Rebschnüre 5m
<input type="checkbox"/>	Brust- und Sitzgurt		
<input type="checkbox"/>	2 Normalkarabiner		
<input type="checkbox"/>	Eisschrauben		

zusätzlich bei mehrtägigen Touren: Toilettzeug und Wäsche zum Wechseln