

Packliste für Hoch- und Eistouren

Kleidung

- ☐ Funktionsunterwäsche (Kurz, Lang)
- ☐ Fleece Pullover
- ☐ Wollsocken + dünne Nylons
- ☐ Tourenhose
- ☐ Wind- u. wasserdichte Jacke
- ☐ Evtl. Gamaschen
- ☐
- ☐ Warme plus dünne Handschuhe
- ☐ Mützen gegen Sonne und Kälte
- ☐ Ev. Halstuch
- ☐ Gletscherbrille
- ☐

Ausrüstung

- ☐ Rucksack, 30 - 35 Liter
- ☐ Steigeisenfeste Bergschuhe
- ☐ Steigeisen, 10-12 Zack
- ☐ Klettergurt
- ☐ 2 Bandschlingen, 100 cm
- ☐ 3 Prusikschlingen (1, 2, 4 m)
- ☐ 2 Karabiner
- ☐ 2 Expressschlingen
- ☐ Eispickel
- ☐ Seil, 60 m
- ☐ 1-2 Eisschrauben / Pers.
- ☐ Kletterhelm
- ☐ Teleskop-Trekkingstöcke
- ☐ Stirnlampe
- ☐ Wasserdichte Packbeutel
- ☐ Erste-Hilfe-Set, Blasen-pflaster, Tape
- ☐ Biwaksack
- ☐ Karte, Kompass, Höhenmesser
- ☐

Sonstiges

- ☐ Sonnencreme
- ☐ Microfaser Handtuch
- ☐ Waschzeug
- ☐ Hüttenschlafsack
- ☐ Leichte Wechselkleidung

Lebensmittel

- ☐ Trinkblase mit Mineral-Getränk, 2 l
- ☐ ggf. leichte Thermosflasche
- ☐ Taschenmesser
- ☐ Brotzeit (Nüsse, Trockenobst ...)
- ☐ Plastiktüte für Abfälle