

Ausrüstungsliste Hochtouren

Bekleidung

- Gore Tex Jacke und Wetterschutzhose
- Hochtouren- oder Trekkinghose
- Soft Shell und/oder Fleecejacke
- Mütze und Handschuhe (1x dünn, 1x warm)
- Socken und Ersatzsocken
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Ersatzunterwäsche
- Gamaschen

Diverses

- Sonnenbrille und Sturmbrille
- Sonnencrème, Lippensalbe mit hohem Schutzfaktor
- Trinkflasche, Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Ev. Fotoausrüstung, Feldstecher
- Ev. Karten vom Gebiet
- Toilettenartikel im Kleinformat, Erfrischungstüchlein
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Rucksack (30-40 l für Mehrtagestouren)

Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste Bergschuhe
- Steigeisen mit Antistoll
- Pickel (Ideallänge von Hand bis Schuhrand)
- Klettergurt und 2 HMS Karabiner
- Verstellbare Trekkingstöcke

Verpflegung

Halbpension:

Bei Touren mit Halbpension ist das Frühstück und das Abendessen im Preis inbegriffen und wird Ihnen vom Gastwirt/Hüttenwart serviert.

Zwischenverpflegung:

Zwischenverpflegung/Lunch sind Lebensmittel, welche Sie zwischen dem Frühstück und dem Abendessen essen.

Nehmen Sie die Zwischenverpflegung für die entsprechende Anzahl Tage mit.

Tragen Sie nicht zu viel und vor allem Essen mit, welches Sie auch bei Anstrengung besonders mögen.

Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Trockenfleisch, Käse, Vollkornbrot und Energiestengel. Schokolade kann auf den meisten Hütten gekauft werden.

Marschtee:

Den Marschtee erhalten Sie täglich in der Hütte und ist im Preis inbegriffen.

Übernachten in Hütten

Benutzen Sie aus Hygienegründen zum Schlafen in Hütten

einen Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle.
Es stehen Hüttenfinken zur Verfügung.

Mietpreise Materialmiete

Klettergurt mit zwei Schraubkarabinern

2 Tage Fr.10.- 5 Tage Fr. 20.-

Steigeisen

2 Tage Fr.10.- 5 Tage Fr. 20.-

Pickel

2 Tage Fr.10.- 5 Tage Fr. 20.-

Teleskopstöcke

2 Tage Fr.10.- 5 Tage Fr. 20.-