

Packliste

Schneeschuhtage im Kleinwalsertal mit Lodgeübernachtung

Den Rucksack richtig packen – schon fast eine Wissenschaft für sich! Auch bei einer Tages-Schneeschuhtour will gut überlegt sein, was alles mit soll. Hier eine Empfehlung der wichtigsten Dinge:

Ausrüstung

- Rucksack + Regenhülle** sollte ca. 25 l fassen, gut am Rücken anliegen und über Hüftriemen verfügen

Pflichtausrüstung!

- Bergschuhe Kategorie B/C** knöchelhoch, gute Profilsohle. Er sollte den Fuß schützen, stabilisieren und gut passen. Für mehr Infos siehe auch: der richtige Schuh
- Mütze oder Stirnband**

Ohne diese Ausrüstung kann der Bergführer dich von der Tour ausschließen.

Kleidung

- Funktionsunterwäsche** schnellrocknend, Merinowolle empfehlenswert
- Lange Merinounterwäsche** für den "Zwiebellook" bei unterschiedlichen Temperaturen
- Funktionssocken** gepolstertes Fußteil, Merinowolle empfehlenswert
- T-Shirt** Merinowolle
- Longsleeve / dünner Pullover** Merinowolle oder Fleece
- Wärmejacke** z. B. mit PrimaLoft- oder Woll-Füllung
- Hardshelljacke oder 3-Lagen-Membrane z.B. Gore Tex** gegen Wind und Wetter
- Skibrille** schützt Augen und Gesicht bei Schneefall und Sturm!
- Sonnenbrille** ab Kategorie 3 geeignet
- Handschuhe** evtl. mit Windstopper, 2 Paar empfehlenswert
- Mütze, Stirnband, Buff** evtl. 2 x, zum Austausch
- Sonnenschutz** Cappi oder Tuch für den Kopf



Im Oberen Winkel 12a | 87561 Oberstdorf | 08322 / 940 750 | info@alpenschule-oberstdorf.de

Nützliches

- Sonnencreme LSF 50**
- Lippenschutz**

Verpflegung

In der Alpen Select frühstücken wir jeden Morgen zusammen. Es gibt eine große Gemeinschaftsküche. Abends kann jeder ein bisschen machen wie er möchte. Entweder wir gehen zusammen zum Essen in ein Restaurant in Riezlern oder wir kochen zusammen etwas Leckeres. Beim Frühstück kann man sich ein Brot schmieren für die Tour. Es gibt teils aber auch die Möglichkeit unterwegs einzukehren. Deshalb reicht es häufig auch aus, wenn du genügend zu trinken und kleine Snacks für zwischendurch dabei hast.

- Thermoskanne** mind. 1 Liter Fassungsvermögen
- Energieriegel, Trockenobst, Schoki...** max. 200 g gesamt

Persönliches

- Kleine Apotheke** Pflaster, Blasenpflaster, Persönliche Medikamente evtl. Schmerzmittel
- Personalausweis**
- DAV-Ausweis** falls vorhanden
- Bargeld, EC-Karte**
- Auslandsversicherung**
- Handy** mit Notfallnummern oder wichtige Telefonnummern auf Zettel notiert

Sicherheitsausrüstung

Bitte beachten Sie beim Packen, dass die Sonde und die Schaufel am Tourstart auch noch im Rucksack untergebracht werden müssen. Die Ausrüstung erhalten Sie am Treffpunkt.

- LVS-Gerät, Sonde, Schaufel** kostenfreie Leih-ausrüstung





Im Oberen Winkel 12a | 87561 Oberstdorf | 08322 / 940 750 | info@alpenschule-oberstdorf.de

Spezielle Ausrüstung

Die spezielle Ausrüstung erhalten Sie von Ihrem Bergführer am Treffpunkt.

- Skistöcke** mit breiten Wintertellern
- Schneeschuhe** bitte anmelden sofern Sie eigene Schneeschuhe besitzen!

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei den Vorbereitungen auf Ihre Tour.

