

Packliste

Wintertraum Rohrmoos

Den Rucksack richtig packen – schon fast eine Wissenschaft für sich! Die Devise lautet: so schwer wie nötig, so leicht wie möglich, aber ja nichts vergessen. Wir haben für Sie eine Liste der wichtigsten Ausrüstungsgegenstände, die auf keiner Tour fehlen sollten, zusammengestellt. Die Aufzählung beinhaltet auch die Kleidung, die gleich zu Beginn der Tour getragen wird.

TIPP: Markieren Sie Ihre Ausrüstungsgegenstände, um Verwechslungen auszuschließen ☺

Fertig gepackt mit Spezialausrüstung und Getränken soll Ihr Rucksack nicht schwerer als 8 kg sein. Bitte nehmen Sie keine zusätzliche Tasche mit, da Sie ggf. am letzten Tag je nach Tourenplanung nicht wieder zum Gasthaus Rohrmoos zurückkommen.

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 Sie von der Tour ausschließen.

Kleidung

- Funktionsunterwäsche** schnelltrocknend, 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
- Skitouren- bzw. Softshellhose** wasser- und windabweisend, robust, keine gefütterte Skihose
- 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
- Leichte Hüttenschuhe** Flip-Flop, Crocs, Trekkingsandalen

Nützliches

- Sonnencreme LSF 50**
- Lippenschutz**

Verpflegung

Die Hauptmahlzeiten erhalten wir in unserer Unterkunft. Für unterwegs kann ein Lunchpaket erworben werden oder es bestehen je nach Tourenwahl Einkehrmöglichkeiten.

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

Persönliches

- Kleine Apotheke** Pflaster, Blasenpflaster, Persönliche Medikamente evtl. Schmerzmittel
- Hirschtalcreme** in kleiner Menge; zur Prävention von Blasen [Mehr erfahren](#)
- Personalausweis**
- Bargeld, EC-Karte**
- Handy** mit Notfallnummern oder wichtige Telefonnummern auf Zettel notiert



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

Sicherheitsausrüstung

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

- LVS-Gerät, Sonde, Schaufel** kostenfreie Leihhausrüstung

Spezielle Ausrüstung

Die spezielle Ausrüstung erhalten Sie von Ihrem Bergführer am Treffpunkt.

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

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

