

## Zusatzinfo zur Ausrüstung für **Komforttouren**

### Wanderschuhe

Wanderschuhe sind in verschiedene Kategorien eingeteilt. Für unsere Touren benötigen Sie Schuhe, die in die **Kategorie B oder C** fallen. Darunter versteht man knöchelhohe Schuhe mit einer stabilen Sohle (am besten der Marke Vibram). Das ist sehr wichtig, da auf der Tour immer wieder Schneefelder, Bäche, schlammige Wege und andere außerordentliche Wegverhältnisse auftreten können, bei denen es elementar ist, wasserdichte und überknöchelhohe Schuhe zu tragen. Leichte Trailrunningsschuhe sind hierfür ungeeignet. Das Profil der Schuhe sollte nicht zu abgenutzt sein, damit sicherer Halt gewährleistet ist. Wichtig ist es auch, die Schuhe vor der Tour ausreichend einzulaufen, um Blasen vorzubeugen. Für einen kleinen Eindruck, warum gute Schuhe so wichtig sind, gerne dem Link folgen: [Alpenüberquerungen & Wanderreisen weltweit](#)   (@hagenalpintours) • [Instagram-Fotos und -Videos](#)



## Zusatzinfo zur Ausrüstung für **Komforttouren**

### Rucksack

Für die Wanderung ist ein guter Rucksack sehr wichtig, da Sie diesen den ganzen Tag über auf dem Rücken tragen werden. Bei der Auswahl eines geeigneten Rucksacks ist daher ein **Hüftgurt** unerlässlich. Dieser ermöglicht es Ihnen, das Gewicht größtenteils auf den Hüften zu tragen, anstatt nur auf den Schultern. Das erspart Ihnen Rückenschmerzen und andere Unannehmlichkeiten. Außerdem sollte der Rucksack weder zu groß noch zu klein sein. Ein Rucksack mit ca. **25 Litern** ist perfekt. Wie der Rucksack am besten getragen wird, zeigt Ihnen gerne Ihr Guide auf Nachfrage bei Beginn der Tour.



### Trekkingstöcke

Teleskopwanderstöcke haben sich bewährt und sind zum selbstverständlichen Begleiter auf Berg- und Wandertouren für viele Wanderfreunde geworden. Gerade bei mehrtätigen Touren ist die Mitnahme von Wanderstöcken besonders ratsam und sinnvoll. Sollten Sie noch keine Wanderstöcke besitzen, können Sie sich ein gutes Paar zulegen. Achten Sie beim Kauf auf das Gewicht, das Packmaß, die leichte Verstellbarkeit. Auch kleine Teller sind wichtig. Bei Touren mit Startpunkt Oy-Mittelberg können Sie bei uns ein Paar Wanderstöcke ausleihen.



## Zusatzinfo zur Ausrüstung für **Komforttouren**

### Regenkleidung

Da sich das Wetter in den Bergen sehr schnell ändern kann, ist es sehr wahrscheinlich, dass Sie während der Tour auch im Regen wandern. Wichtig sind deshalb eine wasserdichte Regenjacke (am besten Gore-tex), eine Regenüberhose und eine Regenhülle für den Rucksack. Zudem empfehlen wir, einen kleinen Regenschirm mitzunehmen. Bei einem Tourenstart in Oy-Mittelberg ist es möglich, bei der Begrüßung leichte Wanderregenschirme käuflich zu erwerben.

Ein Poncho ist im Gebirge nur bedingt einsetzbar und wird deshalb von uns nicht empfohlen (kann aber zusätzlich zu Regenjacke und Regenhose nach Belieben mitgenommen werden).

**WICHTIG: Regenjacke, Regenhose und Regenhülle bleiben immer im Rucksack, unabhängig vom Wetterbericht!**



Bei weiteren Fragen zur Ausrüstung stehen wir Ihnen immer gerne zur telefonischen Auskunft zur Verfügung! 😊