Sektion Am Albis
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer

Diese Liste ist nicht vollständig und abschliessend.

Ausrüstungsliste Hochtour Mehrtagestour

Allgemeines

- ☐ Rucksack ca. 30l
- ☐ Bergschuhe, steigeisenfest oder bedingt steigeisenfest
- ☐ evtl. Teleskopstöcke
- ☐ Hüftklettergurt
- ☐ 3 HMS-Karabiner
- ☐ 2 Karabiner
- ☐ Prusikschlinge
- ☐ 6mm Reepschnur 5m lang
- ☐ 2x Bandschlinge 120cm
- ☐ Steigeisen (Stahl nicht Aluminium) mit Antistoll angepasst auf Bergschuhe!!!
- ☐ Pickel
- ☐ Helm
- ☐ Eisschraube (mind. 19cm lang)
- ☐ Biwaksack

Bekleidung

- ☐ Wind- und Wasserfeste Jacke mit Kapuze (Hardshell)
- ☐ Berg- oder Trekkinghose (Softshell)
- ☐ Softshell-, Primaloft- oder Fleecejacke
- ☐ evtl. leichte Überziehhose wasserdicht (Hardshell)
- ☐ Handschuhe (1x dünn / 1x dick)
- ☐ Funktionelle Bergsocken
- ☐ Funktionelle Unterwäsche
- ☐ Mütze und / oder Stirnband und Sonnenhut
- ☐ Ersatzunterwäsche / Socken wasserdicht verpackt
- ☐ Evtl. Kurze Hosen für den Hüttenaufstieg

Diverses

- ☐ Sonnenbrille (Kategorie 4)
- ☐ evtl. Ersatzbrille für Brillenträger
- ☐ Sonnencreme und Lippenpomade mit hohem Schutzfaktor
- ☐ Sonnenhut
- ☐ Trinkflasche mind. 1 Liter
- ☐ Taschenmesser
- ☐ Stirnlampe
- ☐ Pflaster für Blasen
- ☐ evtl. Ohropax
- ☐ persönliche Medikamente
- ☐ GA oder Halbtax
- ☐ Toilettenartikel möglichst klein
- ☐ SAC-Ausweis
- ☐ Karte des Gebietes
- ☐ Hüttenschlafsack für die SAC-Hütten
- ☐ Ladegeräte
- ☐ Verpflegung (Riegel, Dörrfrüchte, Nüsse, Trockenfleisch, Brot, Schokolade)

→Zwischenverpflegung bitte selber mitnehmen. Es ist möglich Lunch auf der Hütte zu beziehen.
Zusätzliches Material gem. Angaben TL