

Ausrüstungsliste Grundkurs Freeride

Liste 11

Folgende Ausrüstung wird benötigt (Bergsportausrüstung mit CE-Zeichen):

Alpinski oder Tourenski, Steigfelle

(Tourenski ausleihbar bei Sport Gross in Stgt.- Hedelfingen Tel: 0711-421598)

Lawinen-Verschüttetensuchgerät mit 457 kHz (Digitalgerät; Norm EN 300718)

Lawinenschaufel

Lawinensonde

Snowcard (wenn vorhanden)

Skistöcke (ggf. Teleskopverstellung)

Tourenskischuhe oder Pisten-Skischuhe

Evtl. Gamaschen

2 Paar Handschuhe

Trinkflasche bzw. Thermoskanne

Der Witterung angepasste Kleidung (Zwiebelschalenprinzip)

Regendichte Kleidung

Kopfbedeckung (Sonnenhut und Mütze)

Sonnenbrille

Sonnencreme und Lippenstift (hoher Lichtschutzfaktor).

Erste-Hilfe-Set

Stirnlampe oder kleine Taschenlampe mit Batterien

Schreibzeug

Bei Übernachtung auf Hütten:

Hüttenschlafsack

Haus- oder Hüttenschuhe

Die **fettgedruckten** Ausrüstungsgegenstände können im Alpinzentrum entliehen werden.

Bitte Hinweise zur Ausrüstung im Kursanschreiben beachten !!!

Falls zusätzliche oder weniger Ausrüstung benötigt wird, erfahren Sie dies von Ihrem Kursleiter.