Persönliche Materialliste

Technische Ausrüstung

- Steigeisenfeste oder bedingt steigeisenfeste Bergschuhe
- Anseilgurt mit 2 HMS Karabinern
- Steigeisen mit Antistoll
- Pickel
- Helm

Bekleidung

- Gore Tex Jacke und Wetterschutzhose
- Hochtouren- oder Trekkinghose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Wärmejacke (Daunen oder Primaloft)

Diverses

- Rucksack (30-40l)
- Sonnenbrille
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, ev. Thermosflasche
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Ev. Fotoapparat

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen und für die entsprechende Anzahl Tage mitgenommen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Trockenfleisch, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Schokolade kann auf den meisten Hütten gekauft werden. Nicht zu viel Essen mitnehmen.
- Tourentee für den ersten Tourentag