

wanderleiterin.ch

VALERIE CHETELAT

PACKLISTE

SCHNEESCHUHWANDERUNG (MEHRERE TAGE)

Rucksack ca. 35 Liter mit Hüftgurt
Regenhülle für den Rucksack oder wasserdichte Packsäcke
Stabile, wasserdichte und warme Trekking- oder Bergschuhe (knöchelhoch)
Schneeschuhe (robustes Modell mit Harscheisen)
Teleskopstöcke mit grossen Tellern

Lawinenschütteten-Suchgerät (LVS)
Lawinenschaufel
Lawinensonde

Wind- und wasserdichte Jacke (Schichtenprinzip)
Wind- und wasserdichte Hose
Warme Jacke (z.B. Daunen oder Primaloft)
Warmer Pulli (z.B. Fleece, Softshell)
Thermounterwäsche
Wechselwäsche
Warme Socken

Halstuch
Dicke Handschuhe
Dünne Handschuhe (optional)
Mütze
Sonnenbrille
Skibrille
Sonnenscreme
Lippenschutz
Gamaschen (optional)

Kleines Handtuch
Toilettenartikel
Ohrenpfropfen
Persönliche Medikamente

Stirn- oder Taschenlampe
Hüttenschlafsack (nur für Hüttenübernachtungen)
Leichte Hüttenschuhe (optional)
Ersatzbatterien für LVS
Feldstecher (optional)
Fotoapparat (optional)
Mobiltelefon und Ladegerät (optional)
Taschenmesser (optional)
Kartenmaterial (optional)
Halbtax-Abo / GA (falls vorhanden)
Bargeld (evtl. Fremdwährung), Maestro-Karte
SAC Ausweis (falls vorhanden)
Identitätskarte

Lunch und Zwischenverpflegung (der Tourenlänge entsprechend)
Thermosflasche mit heissem Getränk, Trinkflasche

Achte darauf, dass dein Rucksack nicht zu schwer ist. Bringe nur soviel wie nötig und so wenig wie möglich.