

WINTERLEHRGANG 2/3 - AUSRÜSTUNGSLISTE

Bitte alle angeführten Ausrüstungsgegenstände vollständig mitbringen

SKITOURENAUSRÜSTUNG

- Tourenski mit Tourenbindung sowie Skistopper und Harscheisen.
Von den klassischen Skimodellen bis zum Tourenfreeriderski ist alles möglich. Länge und Breite der Ski resultieren aus Körpergröße und Körpergewicht sowie Fahrkönnen. Die Ski sollten gepflegt und gewachst sein. Die Tourenbindung muss eine korrekt eingestellte Sicherheitsbindung sein. Statt Fangriemen sollten Skistopper montiert sein. Alternative Wintersportgeräte (Snowboard, Splitboard, Telemarkski oder Schneeschuhe) sind für diesen Lehrgang ungeeignet.
- Steigfelle: an Skibreite und Länge exakt angepasste Klebefelle mit Fellkleberbeschichtung oder Adhäsionsfelle auf Silikonbasis.
- Stöcke: verstellbar (mit gewartetem und funktionellem Klemmkonus) oder nicht verstellbar – aber jedenfalls mit mittelgroßen Stocktellern.
- Tourenskischeuhe oder Skischeuhe: die Schuhe sollten „eingegangen“ und funktionell eher „gehorientiert“ sein.

KLETTERAUSRÜSTUNG

- Anseilgurt (verstellbarer Sportklettergurt)
- Zusätzlicher Brustgurt (falls vorhanden)
- 1 Einfachseil (8 bis 11 mm Durchmesser, Länge 35 bis 60 m)
- 1 Reepschnur (5 bis 6 mm Durchmesser, 5 m Länge)
- 1 Reepschnur (5 bis 6 mm Durchmesser, 3 m Länge)
- 1 Reepschnur (5 bis 6 mm Durchmesser, 150 cm Länge)
- 1 Bandschlinge abgenäht (60 cm Länge, 120 cm Umfang)
- 1 Bandschlinge abgenäht (120 cm Länge, 240 cm Umfang)
- 1 Abseilachter oder ein anderes Abseilgerät
- 3 Halbmastwurfkarabiner (HMS)
- 5 Expressschlingen mit Karabiner
- 3 Normalkarabiner (sog. „Schnapper“)
- 2 bis 3 Klemmkeile (sog. „Stopper“ mittlerer Größe)
- 1 Paar moderner Steigeisen, an die Skitourenschuhe angepasst
- 1 Eispickel (50 bis 70 cm Länge)
- 1 Steileisklettergerät (falls vorhanden)
- 1 Eisschraube (17 bis 21 cm Länge, mit Kurbel)
- Bergsteigerhelm oder Skihelm

SICHERHEITSAUSRÜSTUNG

- Digitales Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS- Gerät): 3 Antennengerät, Frequenz 457 kHz.,
- Reservebatterien empfehlenswert.
- Rucksack: Skitourenrucksack mit den üblichen Funktionen, ca. 30 l Volumen, ein Airbagsystem wird empfohlen, ist aber nicht verpflichtend.
- Lawinenschaufel
- Schneesäge (falls vorhanden)
- Lawinensonde
- Biwaksack für zwei Personen
- Erste-Hilfe-Ausrüstung: Rucksackapotheke, Tape, Blasenset, Alufolie etc.
- einfaches Funktionswerkzeug (z. B. Multitool)
- Sonnenbrillen mit UV Schutz (Gletscherbrillen)

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNGEN UND ANDERES

Eine sog. funktionelle Wintersportbekleidung besteht aus natürlichen Fasern (z.B. Wolle) und bewirkt bei Kälte ebenso wie bei Wärme einen angenehmen Tragekomfort: Skitourenhose, Unterwäsche, Gamaschen, Überanzug (Hose, Anorak), Pullover, eventuell Daunenjacke, Skihandschuhe. Außerdem empfehlen wir: Wollfäustlinge, Wollsocken oder Wollstrümpfe, Mütze, Sonnenkappe, Hausschuhe, Trainingsbekleidung, Waschbeutel, Handtuch, Schreibzeug, Thermo-Trinkflasche, Mobiltelefon mit Ladegerät.

ORIENTIERUNG

- ÖAV Karte Nr. 31/1 Hochstubaier (auch auf der Hütte erhältlich)
- Bussole: Kompass mit Messeinrichtung
- Höhenmesser (digital oder mechanisch)
- GPS falls vorhanden (nicht verpflichtend)

KLIMA & STANDORT

- Ab dem Autoparkplatz auf ca. 1300 m Seehöhe gibt es im April meist noch eine geschlossene Schneedecke.
- Die Franz-Senn-Hütte liegt auf 2147 m Seehöhe. Die Durchschnittstemperatur beträgt hier etwa plus 2 Grad, im Winter minus 10 Grad bis plus 5 Grad, in Gipfelhöhe über 3000 m minus 5 Grad und weniger. Bei Wind fühlt man auf der Haut bis zu minus 20 Grad. Die Auswirkungen von Schnee, Strahlung und Wind sind bei der Wahl der Kleidung zu berücksichtigen.
- Hütte/Zimmer sind normal beheizt, es ist daher kein Schlafsack erforderlich. In der Hütte sind Getränke und Verpflegung zusätzlich erhältlich, Abrechnung mittels Bargeld.
- Ausrüstungsteile, die verwechselt werden können, bitte kennzeichnen.
- Für den Hüttenaufstieg Kleinrucksack, Ski mit Steigfellen und Lawinenausrüstung (LVS-Gerät, Schaufel, Sonde) bereithalten.
- **Bei Fragen bezüglich der Alpinausrüstung und generell zur Alpinistik wenden Sie sich bitte direkt an Chefbergführer Reini Pühringer (+43 664 30 61 971, info@alpinarzteschmiede.com)**