

## Ausrüstungsliste Schneeschuhwanderung 07.01.2017

Wanderschuhe: Winterfest, hoch über die Knöchel reichend

Rucksack: wenn vorhanden mit Hüftgurt. Fassungsvermögen von ca. 25 Liter sollte ausreichen  
*Der Rucksack sollte für die Befestigung der Schneeschuhe geeignet sein*

Bekleidung: bequeme, warme Wanderbekleidung. Lange Unterwasche  
dünne warme Jacke und eine warme Winterjacke  
warmer Pullover z.B. Skipulli  
Leiberl zum Wechseln  
*Skibekleidung ist auch für Winterwanderungen geeignet. Mehrere Bekleidungsschichten sind besser.*  
Wetterschutz: warme Haube und Ersatzhaube  
dünne Handschuhe und dicke warme Handschuhe plus ein paar Ersatzhandschuhe  
Kappe oder Hut (Sonnenschutz), Sonnencreme  
Sonnenbrille und Skibrille

Verpflegung: etwas Obst, Trockenfrüchte, Müsliriegel, Fruchtschnitten, Schokolade, evt. Traubenzucker  
warme Getränke mind. 1,0 Liter pro Person.

Sonstiges: wenn erf. optische Brille (evt. Ersatzbrille), bzw. Linsen  
Handy (vollständig geladen)  
Ausweis, Sozialversicherungskarten  
evt. Mitgliedsausweis bei einem alpinen Verein  
evt. persönliche Medikamente  
evt. Fotoapparat, Akku (evt. Ersatzakku) geladen und Platz auf der Speicherkarte  
Spezielle Ausrüstung für Schneeschuhwanderungen:  
Schneeschuhe (Modelle mit Frontzacken sind zu bevorzugen)  
Gummispanner oder Bänder um die Schneeschuhe am Rucksack zu befestigen  
Stöcke mit großen tiefschneetauglichen Tellern.  
LVS Gerät (mit frischen Batterien), Sonde und Schaufel