



# Ausrüstungsliste Hochtour



Deutscher Alpenverein  
Sektion Wiesbaden

## BASICS

Diese Dinge muss man dabei haben.

- Rucksack ca. 35–45 Liter
- Pickel
- Steigeisen (vorher anpassen)
- 1 lange Bandschlinge (120 cm)
- 1 kurze Bandschlinge (60/90 cm)
- 1 Kurzprusik (60 cm, 5 mm)
- 2x 4 m Prusikschlinge (4–5 mm) davon 1x Kevlar
- Kletter-/Steinschlaghelm
- Klettergurt
- 2 HMS-Karabiner
- 1x Safebiner (Ball-Lock, Belay-Master)
- 2 baugleiche Schnappkarabiner/Expresse
- Eisschraube
- Rettungsdecke
  
- Steigeisenfeste Bergschuhe (Kategorie C)
- Gamaschen
- Hardshell
- Regenhose
- Isolationsjacke z.B. Softshell oder Fleece
- Tourenhose
- Handschuhe (wasserdicht, 1x dick, 1x dünn)
- Mütze
- Funktionsunterwäsche
- Wäsche zum Wechseln
  
- Sonnenschutz (Brille, Creme, Hut)
- Kulturbeutel (kleine Tuben)
- Kleines Handtuch
  
- Hüttenschlafsack
- Stirnlampe
- Handy (mit eingespeicherten Notfall-Nr., Hütten-Nr., Kameradinnen und Kameraden-Nr.)
- Ladekabel (optional Akkupacks/Powerbank)
- AV-Ausweis
- Personalausweis
- Trinkflasche
- Taschenmesser
- Tourenproviant und Teebeutel

## OPTIONAL

Diese Dinge kann man dabei haben.

- Hüttenschuhe
- Planzeiger
- Fotoapparat
- Höhenmesser
- Stöcke
- Kompass
- Fernglas

## NACH ABSPRACHE

Diese Dinge nimmt man mit anderen Leuten gemeinsam mit.

- Erste-Hilfe-Päckchen
- Seile
- Biwaksack für zwei Personen
- Gebietsführer (ggf. digital)
- Gebietskarte (25.000 oder 50.000)
- Rücklaufsperrern (Micro Traxion)
- Tuber (Abseilgerät)
  
- 
- 
- 

**Deine Ausrüstung ist nicht komplett?**  
[www.dav-wiesbaden.info/materialausleihe](http://www.dav-wiesbaden.info/materialausleihe)



www.alpinsportladen.de