



Grundausrüstung Berg- und Alpinwandern

* = Pflichtmaterial auf Touren des SAC Pilatus

Technisches Material

- *Tagesrucksack 20-40 Liter
- *Stabiler Wanderschuh
- Teleskopstöcke

Allgemeines Material

- *Wetterschutzjacke mit Kapuze
- *Wetterschutzhose
- *Warme Kleidung (Schichtenprinzip)
- *Sonnenhut
- *Sonnenbrille
- *Sonnencrème und Lipenschutz
- Handschuhe
- Mütze/Stirnband
- Gamaschen

- *Geld z. B. für Getränke, Verpflegung, Transport, Übernachtung
- Karten, Höhenmesser, GPS, Kompass
- Mobiltelefon geladen
- Stirnlampe mit Ersatzbatterien
- Fotoapparat
- Feldstecher
- Taschenmesser
- GA/Halbtaxabo

- *Lunch für Anzahl Tage
- *(Thermos-)Flasche

- *Persönliche Medikamente
- Apotheke/Rettungsdecke
- Blasenpflaster

Material bei Übernachtung

- *Ersatzwäsche
- *Stirnlampe mit Ersatzbatterien
- *Hüttenschlafsack
- *Toilettenartikel
- Ohropax
- SAC-Ausweis

Persönliches

-
-
-
-
-
-