



PACKLISTE

FREERIDE / SKITOURENREISE

JAPAN

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- ☐ Skisack für die Skier bis 23 kg
- ☐ Reisetasche bis zu 23kg
- ☐ Freerideski mit Skitourenbindung. Die Breite der Ski sollte 105mm und mehr sein, wer dies nicht hat, kann sie evtl. auch bei einem Händler in eurer Umgebung leihen)
- ☐ Skischuhe die auch zum Hochsteigen geeignet sind, am besten Skitourenschuhe
- ☐ Aufstiegsfelle (die angepasst sind und kleben da wir mehrere Male aufsteigen)
- ☐ Stöcke mit großem Teller
- ☐ Notfallausrüstung (LVS-Gerät, Schaufel, Sonde)
- ☐ Skihelm
- ☐ Skibrille - sehr sehr wichtig da es fast jeden Tag schneit, vielleicht eine 2 als Reserve
- ☐ Rucksack 30-max 35Liter (bei Airbagrucksäcken bitte befolgt die Regeln der Airline um sie einchecken zu können)

BEKLEIDUNG

- ☐ Schneestiefel für nach dem Skifahren, da der Räumungsdienst nicht immer präsent ist...
- ☐ Funktionsunterwäsche Merino 2x
- ☐ Lockere Freizeitbekleidung für An- und Abreise sowie die Zeit vor Ort
- ☐ 2 Paar dicke Handschuhe
- ☐ 1 Paar dünne Handschuhe zum Hochgehen
- ☐ 1-2 Buff da man sonst immer Schnee einatmet... :-)
- ☐ Goretex Hose und Goretex Jacke,
- ☐ Skisocken, Hausschuhe
- ☐ Daunenjacke
- ☐ Warme Softshell-Jacke
- ☐ Mütze
- ☐ Sturmhaube

VERPFLEGUNG & SONSTIGES

- ☐ Trinkflasche/Thermoskanne
- ☐ Proviant/Riegel (es gibt diesbezüglich nicht so viel Auswahl in Japan)
- ☐ Adapter für Steckdosen
- ☐ Persönliche Medikamente eventuell auch Aspirin und Ibuprofen kann zusätzlich nicht schaden
- ☐ Creme gegen Sonne und auch eventuell gegen Kälte (es kann durchaus vorkommen dass wir uns den ganzen Zeitraum über in Gegenden mit -15 bis -20° C aufhalten)
- ☐ Ersthilfe (Tape und Biwaksack)
- ☐ Toilettensachen, evtl. Oropax
- ☐ Kreditkarte
- ☐ Fotoapparat
- ☐ Reisepass (**mindestens 1 Jahr gültig!!!**)
- ☐ Wer noch Platz hat kann eventuell Honig, Marmelade, Speck und Schüttelbrot mitnehmen, etwas Gutes von zu Hause
- ☐ eventuell ein Gemeinschaftsspiel

PERSÖNLICHE AUSRÜSTUNG

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



Allmountainadventures

Josef Hilpold +39 339 163 7677

info@allmountainadventures.com www.allmountainadventures.com

