



PACKLISTE

SKITOURENREISE

SCHOTTLAND

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- ☐ Skisack für die Skier bis 23 kg
- ☐ Reisetasche
- ☐ Skitourenskier mit Skitourenbindung
- ☐ Skitourenschuhe
- ☐ Aufstiegsfelle (die angepasst sind und kleben da wir mehrere Male aufsteigen)
- ☐ Stöcke mit großem Teller
- ☐ Notfallausrüstung (LVS-Gerät, Schaufel, Sonde)
- ☐ Skihelm
- ☐ Skibrille
- ☐ Rucksack 30-max 35Liter mit der Möglichkeit die Skier auf den Rucksack zu schnallen - kann man beim Fliegen als Handgepäck nehmen, nur bitte achtet darauf das sich keine gefährlichen Gegenstände darin befinden)
- ☐ Schlafsack (Komfortbereich +5 bis -5°C)
- ☐ 1 HMS Karabiner
- ☐ 120cm Bandschlinge
- ☐ Harscheisen
- ☐ Hüftgurt (einen ganz leichten)
- ☐ Leichtsteigeisen
- ☐ kleiner, leichter Pickel
- ☐ optional Lawinenairbag (bitte befolgt die Regeln der Airline um sie einchecken zu können)
- ☐ Hüttenschlafsack
- ☐ Stirnlampe

PERSÖNLICHE AUSRÜSTUNG

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

VERPFLEGUNG & SONSTIGES

- ☐ Trinkflasche/Thermoskanne
- ☐ Proviant/Riegel
- ☐ Persönliche Medikamente eventuell auch Aspirin und Ibuprofen kann zusätzlich nicht schaden
- ☐ Sonnenbrille, Sonnencreme und Lippenchutz
- ☐ Schildkappe
- ☐ Ersthilfe (Tape, Blasenpflaster)
- ☐ Biwaksack (<https://www.exped.com/de/produkte/biwaksaecke/bivybag-duo-ul>)
- ☐ Toilettensachen, evtl. Oropax
- ☐ Handtuch, Schwimmhose
- ☐ Kreditkarte
- ☐ Fotoapparat
- ☐ Reisepass
- ☐ Wer noch Platz hat kann eventuell Honig, Marmelade, Speck und Schüttelbrot mitnehmen, etwas Gutes von zu Hause
- ☐ eventuell ein Gemeinschaftsspiel

BEKLEIDUNG

- ☐ Warme Kleidung (tendenziell Temperaturen wie bei uns -5 bis -15 Grad und es ist feuchter da wir am Meer sind)
- ☐ Wasserfeste Schuhe für nach dem Skifahren
- ☐ 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 2x, Hausschuhe
- ☐ Daunenjacke
- ☐ Warme Softshell-Jacke
- ☐ Mütze

