SCHNEESCHUHWANDERN

Deine Checkliste

SPORT aktiv

Foto: Canva

Deine Ausrüstung

- ☐ Schneeschuhe
- ☐ Tourenstöcke
- ☐ Karte / Kompass
- ☐ Tourenhose
- ☐ Handschuhe
- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Isojacke / Hardshelljacke
- ☐ Rucksack
- ☐ Stirnband
- ☐ wasserdichte Bergschuhe

Die Basics

- ☐ Handy / Ladekabel
- ☐ Getränke
- ☐ Energieriegel / Snacks
- ☐ Taschentücher / Reiseapotheke / Erste-Hilfe-Kasten
- ☐ Stabile Treter
- ☐ GPS
- ☐ Lippenschutz
- ☐ Sonnencreme
- ☐ Skibrille
- ☐ Mund-Nasen-Schutz
- ☐ Mütze
- ☐ Funktionswäsche
- ☐ Wechselwäsche
- ☐ Verpflegung

Unterlagen

- ☐ E-Card
- ☐ Reisepass / Personalausweis / Führerschein

Sicherheit

- ☐ Stirnlampe

Im Lawinengelände:

- ☐ Lawinenverschüttetensuchgerät
- ☐ Lawinenschaufel
- ☐ Lawinensonde

Nach der Wanderung

- ☐ Warme Kleidung
- ☐ Feuchtigkeitspflege
- ☐ Boots

Orientierung

- ☐ Kartenmaterial
- ☐ Handy mit Orientierungsapp / GPS
- ☐ Planungsunterlagen (Tourenverlauf, gedruckter Lawinenlagebericht etc.)
- ☐ Ersatz-Akku bzw. Powerbank

Platz für eigene Notizen

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐