

Deine Skitouren Packliste

Geld, Dokumente & Co

- Bargeld / Bankomatkarte und/oder Kreditkarte
- Personalausweis oder Pass
- Krankenversicherungsausweis
- Handy
- Notfallkontaktinformationen
- Evtl. Schüler-/Studentenausweis (für Vergünstigungen)
- Evtl. Alpenverein- oder Naturfreundeausweis (für Vergünstigungen)
- Optional:**
 - Liste von Allergien bzw. Unverträglichkeiten
 - Liste von benötigten bzw. eingenommenen Medikamenten
 - Im Falle von mehrtägigen Skitouren: Reisedokumente (zB Hotelbestätigung), Reiseversicherung

Bekleidung:

- Für die Skitour:**
 - Thermo- / Funktions- bzw. Skiunterwäsche (zB aus Merino)
 - Skitourenhose (dünner & beweglicher als Skihose)
 - Ski-Jacke oder Hardshelljacke
 - Isolationsjacke
 - Fleecejacke oder Softshelljacke
 - Funktionsshirts
 - Skitourensocken / Warme Socken (für die Skischuhe)
 - Dünne Handschuhe / Skitourenhandschuhe (für Aufstieg)
 - Skihandschuhe (für die Abfahrt)
 - Buff / Funktionstuch / Schaltuch
 - Dünne Haube oder Stirnband
 - Evtl. Gamaschen
- Für den Alltag** (bei Tourenurlaub mit Übernachtung im Tal):
 - Unterwäsche
 - Pyjama

- Handschuhe, Schal und Haube/Stirnband
- Hosen/Jeans sowie Pullover, evtl. Fleecepullover/jacke
- T-Shirts
- Winterschuhe & Winterjacke
- Bei Bedarf: elegantere Abendkleidung
- Evtl. (wenn Spa vorhanden): Badeanzug / Bikini / Badehose, Flip-Flops, Bademantel, Badetuch

Ausrüstung

- Tourenski (inkl. Bindung)
- Ski-Stöcke
- Tourenski-Schuhe
- Tourenski-Felle
- Ski-Brille und Sonnenbrille (evtl. Gletscherbrille)
- Skihelm
- Evtl. Handwärmer
- Skitourenrucksack
- Stirnlampe (für frühes Morgen oder spätes Nachmittags Skifahren)
- Evtl. Skischloss (um Ski oder Snowboard sicher zu verwahren)
- Evtl. Harscheisen (je nach Tour)
- Evtl. Kamera (inkl. Speicherkarten & Ladegerät)
- Evtl. Lawinenrucksack
- Wasserabweisende Sitzunterlage
- Für längere Touren:
- Skifell-Zubehör: Fellwachs, Spray, kleines Reparaturset
- Skiwachs
- Evtl. Ersatzfelle
- Für den Alltag** (bei Tourenurlaub mit Übernachtung im Tal):
 - Buch oder Zeitschrift
 - Musik und Lautsprecher
 - Evtl. Laptop oder Tablet

Technik & Orientierung

- Aufgeladenes Handy und Ladekabel
- GPS-Gerät / GPS Uhr
- Evtl. Kompass
- Topografische Karte
- Skitourenbericht / Skitourenführer
- Wetter- und Lawinenbericht (App / Website)
- Akkus, Ladegeräte und Batterien (für alle Geräte)
- Idealerweise: LVS (Lawinenverschüttungssuchgerät) & Holster
- Idealerweise: Lawinenschaufel, Lawinensonde

Verpflegung

- Wasserflasche mit ausreichend Flüssigkeit
- Thermoflasche mit heißen Getränken (am besten Tee; alternativ Kaffee)
- Leichte Snacks für Zwischendurch (Müsli-, Energie- oder Schokoriegel, Traubenzucker, Nüsse)
- Proviantdose (Brot, Hartwurst, Hartkäse, Gemüse. Je nach Belieben)
- Taschenmesser
- Feuerzeug
- Müllbeutel / wieder verschließbare Plastikbeutel

Gesundheit & Hygiene

- Persönliche Medikamente
- Sonnencreme fürs Gesicht
- Lippenpflege
- Erste-Hilfe-Set (inkl. Rettungsdecke und Blasenpflaster)
- Wundpflaster, Tape und Verband
- Taschentücher
- Persönliche Hygieneartikel