

Checkliste für Bergwanderungen

- * Rucksack
- * Teleskopstöcke im Winter mit Schneetellern, im Sommer Trekkingteller
- * Wanderkarte, Wanderführer
- * Kompass evtl. Höhenmesser
- * Sonnenbrille und Hut
- * Sonnenschutzmittel
- * Taschenlampe (Stirnlampe), Ersatzbatterien
- * Handy für Notfälle
- * im Winter Gamaschen, Steighilfe für Glätte
- * Erste-Hilfe-Päckchen, Rettungsdecke
- * Getränke mindestens 1 Liter pro Wanderer
- * Brotzeit
- * gutes Schuhwerk (Bergschuhe für Bergwanderungen)
- * Kleidung - Wäsche zum Wechseln,
- * Regenschutz, Handschuhe, Mütze, T-Shirt, Pulli oder Pullover, winddichte Jacke
- * bei Hüttenübernachtungen Schlafsack, Isomatte, Unterwäsche, Strümpfe
- * je nach Tour abwägen dass das Gesamtgewicht nicht zu groß wird.

Tourenvorbereitung

Jeder ist selbst verantwortlich für die Wahl seiner Route und der Beurteilung von alpinen Gefahren.

Keiner sollte nur anhand meiner Beschreibungen eine Bergtour planen.

Anfänger sollten die ersten Male mit ortskundigen Personen unterwegs sein.

Die Einschätzung einer Tour hängt von vielen Faktoren ab, zum Beispiel der persönlichen Verfassung (Tagesform) dem Wetter, dem Boden oder Schneeeverhältnissen.

Sehr wichtig der Wetterbericht (Bergwetter).