

Checkliste - Ausrüstung für Bergtouren Wandern - Weitwandern

Bekleidung / Sonnenschutz / Notfallausrüstung, Verpflegung

- ☐ Proviant, Taschenmesser, Müsliriegel
- ☐ Getränke, Brausetablette, Getränkeflasche, eventuell Thermosflasche
- ☐ Knöchelhohe Wanderschuhe, Tagesrucksack
- ☐ Ausweis, Geld
- ☐ Persönliche Medikamente
- ☐ Pullover, Anorak, Windjacke, Touren od. Berghose, Socken, Fleecejacke
- ☐ Teleskop Wanderstöcke
- ☐ Snowspikes, Grödel
- ☐ Regenschirm
- ☐ Sonnenbrille, Sonnencreme, Schirmkappe, Handschuhe, Haube, Hut, Buff
- ☐ Höhenmesser (uhr), Kompass, Karte, Führer, GPS
- ☐ Erste Hilfe Set, Alu Rettungsdecke, Handy mit Ladegerät, Speicherkarte
- ☐ Signalpfeife, 2 Mann-Biwaksack, Taschenlampe
- ☐ Regenschutz, Überhose, Rucksackhülle
- ☐ Klopapier, Taschentücher
- ☐ Fotoapparat, Fernglas

zusätzlich für Wochenendtouren

- ☐ Reservewäsche, Waschzeug
- ☐ Hüttenschlafsack, Hüttenschuhe, Stirnlampe, Hüttenbekleidung
- ☐ Notproviant

Hilfreiche Ausrüstung



Schuhbänder, Powerbank



Leukoplast, Schreibzeug, Notizblock, Streichhölzer, Feuerzeug, Kerze

**Diese Ausrüstungsliste dient als Hilfestellung für Wander - Bergtouren
ohne Gewähr !!!**

Stand: 31.12.2025

Erstellt: Oswin Zach

Alpenverein Kirchbach - Alpinreferent

oswin.zach@gmail.com