

## Ausrüstungsliste Sommer

### Gletscherhohtour Großvenediger 3676m:

Pro Person:

**Klettergurt und 1 Schraubkarabiner,**  
**Skistöcke** (Teleskop- Wanderstöcke) mit Teller für Wintereinsatz  
**Steigeisen oder Grödl**n bei Bedarf,  
Rucksack ca. 35 Liter,  
winddichte Kleidung Anorak, eventuell Überhose (mit seitlich durchgehenden Reisverschlüssen)  
warmer Pullover oder Fliespulli,  
Wollmütze- und warme Fingerhandschuhe,  
Sonnenkappe  
Gletscherbrille oder Sonnenbrille gutem UV- und Seitenschutz,  
Sonnenschutz (Creme)auch für Lippen (nicht unter Schutzfaktor 25)  
Stirnlampe mit neuen Batterien  
1 Liter Trinkflasche  
Erste Hilfe Tasche, eventuell Blasenpflaster  
Essen für unterwegs (Trockenfrüchte, Müsliriegel, usw.)  
Alpenvereinsausweis wenn vorhanden,

Die Ausrüstungsgegenstände **Fett gedruckt** können bei uns nach Absprache ausgeliehen werden!