

Ausrüstung für Freeride - Tagestour im Kleinwalsertal

RUCKSACK 25L MIT SKIBEFESTIGUNG

Für Tages-Skitouren ist ein [Rucksack](#) mit entsprechender Befestigungsmöglichkeit deiner Skiausrüstung notwendig. Wir empfehlen einen Lawinentrucksack mit Airbags. Das Gewicht ist zwar etwas höher. Dieses zusätzliche Gewicht steigert dafür deine Sicherheit im Gelände.

SKITOURENSCHUHE

[Tourenschuhe](#) müssen vor allem gut passen. Achte aber auch unbedingt auf das Gewicht deiner Schuhe. Wenn du lange Aufstiege geplant hast, empfehlen wir einen leichteren Schuh mit nur zwei Schnallen und hoher Beweglichkeit im Schaft. Bei unserem Lawinenseminar, dem Freeridecamp sowie bei unseren ausgewiesenen Freeridetouren sind keine Schuhe mit Gehfunktion notwendig.

FREERIDESKI

Solltest du eine Tour mit geringem Aufstieg haben, eignet sich ein [breiterer Freerideski](#), da das Hauptaugenmerk auf der Abfahrt liegt. Steht der Aufstieg im Vordergrund, empfehlen wir eine [schmalere Variante](#) mit Tourenbindung (mit Skistopper) und Fellen. Bei unserem Lawinenseminar, dem Freeridecamp sowie bei unseren ausgewiesenen Freeridetouren können Tourenbindung und Felle bei entsprechenden Verhältnissen von Vorteil sein.

STÖCKE MIT GROSSEN TELLERN

Du solltest in jedem Fall darauf achten, dass deine [Stöcke](#) in der Länge verstellbar sind und einen großen Teller besitzen.

LVS-GERÄT, SCHAUFEL, SONDE*

Wenn du deine eigene Sicherheitsausrüstung hast, dann bringe diese bitte zur Tour mit, denn der Umgang mit deiner eigenen Ausrüstung ist dir geläufig. Solltest du keine Ausrüstung besitzen, stellen wir dir die Ausrüstung für die Dauer der Tour kostenfrei zur Verfügung.

SKIHELM

Dein [Skihelm](#) sollte eine gute Passform haben und bequem sitzen. Für Skitouren empfiehlt sich ein [Skitourenhelm](#), da dieser leicht im Gewicht und gut verstaubar ist. Eine passende [Skibrille](#) ergänzt dein Outfit.

WINTERSPORTBEKLEIDUNG

Deine Bekleidung für dein Tagesprogramm sollte funktionell und an das Wetter sowie die Temperatur angepasst sein. Hier hat sich das Schichtenprinzip bewährt. Je kälter, desto mehr Schichten. Weiteres empfehlen wir dir Wechselwäsche mitzunehmen z. B. ein zweites Shirt, damit du dich umziehen kannst, wenn du geschwitzt hast.

MÜTZE / STIRNBAND

Egal ob Winter- oder Sommertour – eine [Mütze](#) oder ein [Stirnband](#) gehört in deinen Rucksack. Je nach Vorliebe reicht auch ein Stirnband. Die Kapuze dient dann als zusätzlicher Wärmeschutz am Kopf.

LEICHT GEFÜTTERTE HANDSCHUHE

In den Bergen kann das Wetter schnell umschlagen. Auch im Sommer kann es in der Höhe empfindlich kalt werden. Deshalb gehören leicht [gefütterte Handschuhe](#) auch im Sommer in den Rucksack.

Für Touren im Winter sind leicht gefütterte Handschuhe ideal, wenn es nicht zu kalt ist oder wenn dich ein schweißtreibender Aufstieg fordert. Abhängig von deiner Tour musst du ein [zweites Paar](#), wärmer gefüttert, mitnehmen. Gerade bei Touren im Schnee (Hoch-, Ski-, Freeride- oder Schneeschuhtouren) können die Temperaturen deutlich schwanken.

SONNENSCHUTZ

Dazu gehören Sonnencreme, [Sonnenbrille](#), [Schildmütze](#) oder ein Sonnenhut.

TAGESVERPFLEGUNG

Da wir bei Tagestouren nicht auf jeder Strecke mit einer Einkehrmöglichkeit rechnen können oder es aus zeitlich knapp ist eine Einkehr zu planen, empfehlen wir die Mitnahme einer Brotzeit und ausreichend zu Trinken. Wenn bei deiner Tour eine Einkehr geplant ist, dann genügt eine Trink- oder Thermosflasche.

PERSONAL AUSWEIS / BARGELD

Bargeldloses Bezahlen ist nur auf wenigen Hütten möglich. Deshalb musst du genügend Bargeld mitnehmen, um alle Kosten, die nicht in deiner Pauschale inkludiert sind, zu begleichen. Wie viel du mitnimmst, hängt von deinem Konsumverhalten ab. Ein grober Richtwert sind etwa 45,00 € pro Tag und pro Person.

BLASENPFLASTER & TAPE

Ein hautverträgliches Tape zum Abkleben von empfindlichen Stellen im Schuh sollte unbedingt mit in den Rucksack. Außerdem ist es hilfreich vorsorglich Blasenpflaster dabei zu haben. Neben deinen persönlichen Medikamenten solltest du auch Schmerzmittel und ein bisschen Verbandsmaterial mitnehmen. Aber alles natürlich nur in kleinen Mengen und klein verpackt.

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden von der Bergschule für die Dauer der Tour kostenfrei zur Verfügung gestellt. Eine Vorreservierung ist nicht notwendig. Gerne kannst du aber auch deine eigene Ausrüstung mitbringen.

Fehlende Ausrüstung?

Bei den örtlichen Sportgeschäften [Sport Pauli](#) (Hirschegg), [Sport Hilbrand](#) (Mittelberg), [Sport & Mode Kessler](#) (Riezlern) oder auch bei [Out of Bounds](#) (Oberstdorf, nur Splitboards) findest du eine große Auswahl an Verleihmaterial rund um das Thema Bergsport. Bei diesen bekommst du unter anderem Skitouren- und Freerideausrüstung inklusive Beratung. Gerne kannst du bereits im Vorfeld die gewünschte Ausrüstung vorreservieren.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:

Wenn du vor oder nach deiner Tour eine Übernachtungsmöglichkeit im Kleinwalsertal suchst, dann könntest du [hier](#) fündig werden.

Alternativ: [Kleinwalsertal Tourismus](#) (Tel.: +43 5517 5114-0)

Sei dabei! Auf [Instagram](#) und [Facebook](#). Wir sind das ganze Jahr in den Bergen unterwegs und teilen unsere Bergmomente. #willkommendraußen #visitbergschuleat

