

Ausrüstungsliste Gletscherwanderung

Bekleidung:

- Regen-/Windjacke
- Lange Wander- / Tourenhose
- langärmliges Sweatshirt oder Hemd
- Pullover (Faserpelz oder anderer)
- ein paar Socken (Kniestrümpfe sind wärmer als kurze)
- warme Mütze
- warme Handschuhe
- Sonnenhut
- Evtl. Stirnband
- Unterwäsche (Wolle oder Thermo von Vorteil)

Sonnenschutz:

- Sonnenbrille
- Sonnenschutzmittel
- Lippenchutz

Technische Material:

- Rucksack ca. 20 Liter
- Wander- oder Bergschuhe, knöcheldeckend, mit guter Profilssole
- Ski- / Wanderstock
- Füsseisen (Grödel) oder leichte Steigeisen
- Klettergurt mit 1 Schraubkarabiner (falls vorhanden)

Diverses:

- Persönliche Medikamente
- Zwischenverpflegung
- Trinkflasche ca. 1 Liter
- Fotoapparat
- Bargeld

Bemerkung:

- Je leichter der Rucksack umso grösser das Vergnügen !