

Ausrüstungscheckliste – Ski & Schneeschuh

Oceanwide Expeditions stellt folgende Ausrüstung zur Verfügung:

Skitouren

- Sitzgurt, Größen S, M, L, XL
- Schraubkarabiner (2 p.P.), Schnappkarabiner (2 p.P.), Eispickel (1 p.P)
- 50 m Seil (9 mm) pro Seilschaft, Bandschlingen (2 p.P.), Reepschnüre

Schneeschuhwandern

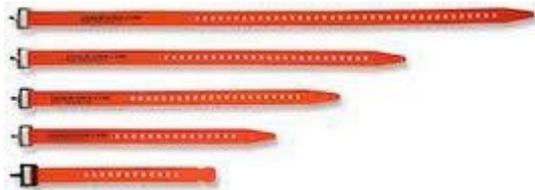
- 1 paar Schneeschuhe

Folgende persönliche Kleidung und Ausrüstung müssen Teilnehmer selber mitbringen (erforderlich): Reise

- Tagesrucksack mit ca. 35 – 45 Ltr. mit Schlaufen zur Befestigung von Ski (für Skifahrer)

Zodiac Anlandungen

- Jede Anlandung ist eine potentiell nasse Anlandung, daher bitte wahlweise wasserdichte, kniehohe Gummistiefel oder wasserdichte Motorradgamaschen zum Schutz der Skischuhe mitnehmen (ebenfalls kniehoch und oben abschließend). Man muss evtl. durch Wasser waten.
- Ski-Straps (siehe Beispiel unten) mit denen die Ski und Stecken als Bündel zusammengebunden werden können sind besonders praktisch beim Be- und Entladen der Zodiac Boote .



Schneeschuhwandern

- Teleskopstöcke
- Persönliche Marschverpflegung (Powergel, Energie-Riegel)

Skitouren

- Steigeisen
- Persönliche Marschverpflegung (Powergel, Energie-Riegel)
- Skitourenausrüstung (Tourenski oder Telemark)
- Skitourenschuhe (natürlich passend zur Skibindung)
- Teleskopskistöcke
- Felle (Colltex) + Ersatzteile
- Harscheisen
- Fellkleber & Skiwachs

Skitouren Sicherheit

- Lawinenschaufel und Lawinensonde (falls nicht vorhanden, auf Anfrage)
- LVS – Gerät (falls nicht vorhanden, auf Anfrage)
- Optional ABS-Lawinenrucksack (www.abs-airbag.com), wenn vorhanden.

Ausrüstungscheckliste – Ski & Schneeschuh

Bekleidung (funktionelle Außenschicht, 3. Schicht)

- Winddichte, wasserdichte, atmungsaktive Jacke mit Kapuze (Goretex)
- Winddichte, wasserdichte, atmungsaktive Überhose (Goretex)
- Daunenjacke fürs Schiff (leicht und klein verpackbar, falls vorhanden)
- Oder/und Primaloft Isolierjacke mit Kapuze für die Tour

Unterbekleidung (funktionelle Unterwäsche, 2. Schicht)

- Synthetische Fleece, Hemd, Pullover (Rollkragen nicht empfohlen, Reißverschluss besser)
- Synthetische Skitouren oder Hochtourenhose
- Windstopper / Softshell Weste und/oder Jacke

Unterbekleidung (funktionelle Unterwäsche, 1. Schicht)

- Hemden: synthetisch / Wolle
- Lange Unterhosen: synthetisch / Wolle
- 2 Mützen – Kappen: synthetisch / Wolle
- Sturmhaube: synthetisch / Wolle
- Winddichte Mütze mit Peak / Gehörschutz
- Sonnenhut
- Stirnband
- Neck gaitor / Schal

Füße / Beine

- Skitourenschuh mit Thermo-Innenschuh
- dünne / dicke lange Strümpfe: synthetisch / Wolle
- Dünne synthetische Socken zum Unterziehen (gegen Blasen)
- Skitourengeher: Wanderschuhe für Wanderungen in Anlandungsnähe (empfohlen)
- Schneeschuhwanderer: knöchelhohe Wanderschuhe (zwingend erforderlich)

Hände

- Ski / Berg-Handschuhe
- Winddichte, wasserdichte Überhandschuhe, Fäustlinge
- 2 Paar Finger-Handschuhe mit Windstopper: synthetisch / Wolle
- Dünne Handschuhe zum Unterziehen: synthetisch / Wolle

Augen / Sicht

- 1 x Skibrille (winddicht)
- 2 x Sonnenbrille / Gletscherbrille mit Seitenschutz
- Ersatz-Gläser

Haut und Hygiene

- Sun block Sonnencreme (min. UV 30), Fett-Lippensalbe (kein Wasser)

Verschiedenes

- Persönliche Medikamente
- Compeed Pflaster und Sport Leukotape
- Skitourenrucksack als Handgepäck
- 1 Liter Wasserflasche mit großer Öffnung (oder Camel-bag)
- Wasserdichte Tasche (für Kamera-Ausrüstung)
- Ausreichend Speicherkarten für Filmkamera

Bitte nicht mitbringen:

- keine "Heizstäbe" zum Trocknen von Ski-Schuhen mitnehmen, die sind aufgrund der Brandgefahr an Bord nicht erlaubt.