

FLOW IM SNOW

FRAU
BEWEGT

MATERIALLISTE

SKITOUR-AUSRÜSTUNG:

- **Tourenski mit Tourenbindung**
- **Felle, passend zu den Tourenski**
- **Tourenskischeuhe** (bequeme, passende für die Bindung)
- **Skistöcke** (idealerweise verstellbar)

LAWINENAUSRÜSTUNG:

- **LVS-Gerät (Lawinenschüttelgerät)**
- **Lawinenschaufel**
- **Lawinensonde**

INFO Lawinenausrüstung kann vor Ort geliehen werden.
Bitte vorab um Rückmeldung, wer diese Leih-ausrüstung benötigt.



ZUSÄTZLICHE AUSRÜSTUNG:

- **Helm** (Skihelm)
- **Brille** (Ski- oder Sonnenbrille, je nach Wetter)
- **Handschuhe** (wärmeisoliert, wind- und wasserabweisend)
- **Mütze oder Stirnband**
- **Funktionskleidung** (atmungsaktiv, wind- und wasserfest)
- **Jacke und Hose**
- **Skisocken und warme Unterwäsche**
- **Tragerucksack (20-30 Liter): je nach Bedarf**
- **Thermosflasche nach Trinkbedarf**
- **Snacks für unterwegs je nach Bedarf**

