



# AUSRÜSTUNGSLISTE WANDERN & TREKKING



Official Partner



VIVALPIN  
BERG & SKI

SportScheck

Vivalpin

# SCHUHE



z.B. LOWA  
Camino GTX

Bergschuhe sind der wichtigste Ausrüstungsgegenstand für alle Bergtouren. Für alle Wander- und Trekkingtouren empfehlen wir, nur bewährte und hochwertige Wander- und Trekkingschuhe zu verwenden. Sie sollten folgende Kriterien erfüllen:

- ✓ Knöchelhoher Schaft aus Veloursleder oder Mischgewebe
- ✓ Mit stabiler Markenprofilsohle (z.B. Vibram) und selbstreinigendem Profil
  
- ✓ Tipp:
  - mit Klima Membran für optimale Wasserdichte (z.B. Gore Tex)
  - mit ausgeprägtem Absatz für besseren Halt im Abstieg
  - mit perfektem Fersenhalt
  - mit genügend Platz im Vorfußbereich
  - mit anatomischer Innensohle
  - mit Klemmzughaken für unterschiedlich straffe Fixierung von Ferse und Vorfuß



Official Partner.





# BEKLEIDUNG



z.B. HAGLÖFS  
L.I.M Jacket



z.B. HAGLÖFS  
Rugged Flex Pant



z.B. ICEBREAKER  
Anatomica Shirt

Die Bekleidung für alle Wander- und Trekkingtouren sollte funktionell sein und im Zwiebelprinzip in mehreren Schichten aufgebaut sein. Dies ermöglicht bei jedem Wetter und bei allen Verhältnissen einen hohen Klimakomfort:

- ✓ Wasserdichter Wetterschutz: Überjacke und -hose
- ✓ Fleecejacke/-Pullover, Softshell
- ✓ Funktionsunterwäsche (sehr empfehlenswert aus Merinowolle)
- ✓ Geeignete Socken: am besten Trekking-Funktionssocken
- ✓ Wechselwäsche und T-Shirts
- ✓ evtl. Shorts
- ✓ Sonnenbrille, Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor
- ✓ Handschuhe und Mütze



z.B. HAGLÖFS  
Bungy Hood



z.B. ICEBREAKER Socken  
aus Merinowolle



z.B. HAGLÖFS  
Fleece Handschuhe und Mütze



Official Partner.



# SONSTIGES



z.B. HAGLOFS  
Spira 35



z.B. XENOFIT  
Energieriegel



z.B. SEA TO SUMMIT  
360° Trinkflasche



z.B. ORTOVOX  
1.Hilfe Set/Reiseapotheke



z.B. LEATHERMAN  
SkeletoolRX



z.B. GARMIN  
Fenix 5



z.B. LED LENSER  
MH10

Für die meisten Touren gilt: Weniger ist mehr. Denn ein unnötig schwerer Rucksack kann den Erfolg einer jeden Tour gefährden. Die aufgeführten Ausrüstungsgegenstände sollten bei keiner Unternehmung fehlen:

- ✓ Rucksack 30-40 l
- ✓ Wasserdichter Beutel oder Regenhülle
- ✓ Tagesverpflegung (u.a. Energieriegel)
- ✓ Trink-/Thermosflasche, Getränkepulver
- ✓ Kleine Rucksackapotheke, u.a. mit Blasenpflaster, Leukotape
- ✓ Ausweise, Geld (für Bahnen, Verpflegung, Getränke)
- ✓ Foto, Handy etc. am besten mit wasserdichter Verpackung
- ✓ Evtl. Handgelenkscomputer

Bei mehrtägigen Wanderungen mit Hüttenübernachtung zusätzlich:

- ✓ Stirnlampe
- ✓ Hüttenschlafsack
- ✓ Waschzeug
- ✓ Mikrofaserhandtuch



Official Partner.



# VIVALPIN BERGFÜHRER TIPP



Besonders bei den **Bergschuhen** sollte nicht gespart werden – denn nur mit perfekt passenden und funktionellen Schuhen wird Ihre Wanderung zum Genuss. Entscheidenden Anteil an der Passform haben auch entsprechend auf den Einsatzzweck abgestimmte Funktionssocken.

Beim **Rucksack**-Packen gilt „weniger ist mehr“. Denn jedes Gramm Gewicht will von dir während der ganzen Tour getragen werden. Bei Tourenbeginn „kontrolliert“ dein Bergführer nochmals das Gepäck – als Anhaltspunkt gilt für Mehrtagestouren ein Rucksackgewicht von 8-10kg.

**Teleskopstöcke** entlasten nicht nur die Knie beim Bergabgehen, sie unterstützen auch die Balance beim Aufsteigen und sind für jede Bergtour eine wertvolle Hilfe. Wir empfehlen die besonders ausgereiften und robusten Teleskopstöcke von **LEKI**.

TOP Bergausrüstung zu attraktiven Preisen und mit kompetenter Beratung findest Du bei unserem Partner [SportScheck](#).



Official Partner.



# VIVALPIN LEIHAUSRÜSTUNG

Mietpreise für VIVALPIN PREMIUM Leihhausrüstungs-Sets	Tag	Fr - So	Do - So	Woche
<b>Komplette Klettersteigausrüstung*</b> EDELRID Anseilgurt, Y-Klettersteigset, Kletterhelm	15,00 €	30,00 €	40,00 €	60,00 €
<b>Komplette Kletterausrüstung*</b> EDELRID Anseilgurt, Seil- und Schlingenmaterial, Karabiner, Kletterhelm	15,00 €	30,00 €	40,00 €	60,00 €
<b>Komplette Alpinausrüstung*</b> EDELRID Anseilgurt, Schlingenmaterial, Verschlusskarabiner, Steigeisen und Eispickel	15,00 €	30,00 €	40,00 €	60,00 €
<b>Mietpreise für einzelne Leihhausrüstungsgegenstände</b>				
LEKI Teleskopstöcke, pro Paar	5,00 €	10,00 €	15,00 €	25,00 €
LOWA Trekkingschuhe, pro Paar	10,00 €	20,00 €	25,00 €	40,00 €
Anseilgurt, Kletterhelm, Y-Klettersteigset, Eispickel, Steigeisen, je	5,00 €	10,00 €	15,00 €	25,00 €

- \* Bei allen Einsteigerkursen wird die benötigte Leihhausrüstung kostenfrei zur Verfügung gestellt.
- Zusätzliche Leihhausrüstung kann für alle Touren dazu gebucht werden.
- Die Preise gelten nur im Zusammenhang mit einer VIVALPIN Buchung.



Official Partner

