

## **Bekleidung Hochtour:**

- 1) Mütze
- 2) Handschuhe ( warme und ein paar dünnere Handschuhe )
- 3) Jacke
- 4) Hochtourenhose oder Berghose
- 5) Warme Socken
- 6) Hüttenschuhe
- 7) T-Shirts ( Am besten Funktionsshirts )
- 8) Regenüberhose, Nässeschutz
- 9) Regenhülle für Rucksack
- 10) Hochtourentauglicher Rucksack ( min. 50 Liter )
- 11) Thermounterwäsche
- 12) Wechselwäsche
- 13) Steigeisenfeste Bergschuhe
- 14) Fleecejacke ( Softshell )
- 15) kl. Apotheke
- 16) Teebeutel ??
- 17) Körperpflege Zubehör