# Ausrüstung

Ausrüstungsliste für mehrtätige Wandertouren auf Hütten

Rucksackgewicht für Mehrtagestouren (empfohlen): 8 kg ohne Getränke
Rucksack ca. 35 – 40 Liter mit Regenhülle
Bergschuhe mit guter Profilsohle
2 – 3 Paar Wandersocken
Bequeme Berghose (Jeans trocknet schlecht, nicht geeignet!)
Atmungsaktive Unterbekleidung
Atmungsaktive Oberbekleidung (Fleece- oder Woll-Pullover)
Wind- und wasserdichte Jacke mit Kapuze (evtl. Goretex)
Regenhose
Wechselwäsche
Handschuhe
Kopfbedeckung gegen Sonne und Kälte
Sonnenbrille
Sonnencreme (mind. 15 - 20 LSF) und Lippenschutz
Trinkflasche, feste Kunststoffflasche oder Thermosflasche (1 – 2 Liter)
Taschenmesser
Stirnlampe oder leichte Taschenlampe
Leichte Turnschuhe oder Hüttenschuhe
Hüttenschlafsack
Waschset und kleines Handtuch
Tourenproviant (Trockenfrüchte, Riegel)
Teleskopstöcke mit kleinen Tellern (empfohlen)
Personalausweis, Reiseunterlagen und Reisegeld
Reiseapotheke
Blasenpflaster (Compeed, Double Skin)
Gamaschen (gegen Schnee – nur bis Mitte Juli)