

## Bergpunkt Packliste – Hochtour Sommer

*Mit leichtem Rucksack lässt sich leichter über Felsgrate balancieren*

\* Mit einem leichten und kompakten Rucksack macht die Tour doppelt Spass!

### Hochtourenausrüstung (technisches Material)

- Rucksack (\* ideal ist ein Rucksack mit 30-40 Liter Packmass)
- Bergschuhe (steigeisenfest)
- Steigeisen mit Antistoll vorne und hinten
- Pickel
- Anseilgurt
- 3 Karabiner mit Sicherheitsverschluss (davon 1 HMS-Karabiner)
- 1 lange Bandschlinge (120 cm, Dyneema, Polyamid oder Aramid)
- 1 Reepschnurstücke (ca. 4m, Ø 5-6mm) als Stehschlingen und Hilfsschlingen für den Flaschenzug
- Handschlaufe/Prusikschlinge (Reepschnurstück 1.20m, Ø 5-6mm)
- evtl. Nano Traxion, Micro Traxion, Tibloc
- 1-2 Eisschraube(n) (ideal mit ausklappbare Kurbel, Gewindekopf aus Stahl)

### Zusatzausrüstung für anspruchsvollere

#### Hochtouren oder Klettertouren:

- Helm
- Kletterfinken
- Expressschlingen
- evtl. Abseilgerät (\* muss man nur ein paar wenige mal abseilen, muss nicht extra ein Abseilgerät mitgetragen werden, zwei Karabiner tun es auch: [mountaingeier.ch/itenbremse](http://mountaingeier.ch/itenbremse) )
- Schlingenmaterial, Keile, Friends
- evtl. Schlaghaken & Hammer (\* hat man einen Pickel mit Hammerkopf braucht es nicht extra einen zusätzlichen Hammer)
- 2. Eisgerät
- zusätzliche Eisschrauben

### Grundausrüstung (Bekleidung, Sonnenschutz)

Tipp: \* Kleidung in wasserdichte Packsäcke, dann bleiben sie auch bei Regen trocken und können kompakt verpackt werden)

- Tourenhose (wasserabweisend oder leichte Tourenhose mit Überzugshose (leicht Coretex-Hose)
- Warme Kleidung (Mehrschichtenprinzip z. B. 4 Schichten):
  - Merino Icebreaker
  - Midlayer z.B. Fleece-/Powerstreck
  - Primaloft-Jacke
  - Windjacke mit Kapuze (Wetter- und Windschutz)
- Handschuhe (je nach Witterung 2 Paar: 1x dünn, 1x warm)
- Mütze oder/und Stirnband
- evtl. Sonnenhut
- evtl. leichter Regenschirm
- evtl. kurze Hosen für den Hüttenaufstieg
- Sonnenbrille (min. Faktor 3, besser 4)
- Sonnencreme / Lippenchutz (Faktor 50)

### **Verpflegung**

- Getränk 0.5-1.0 L, (☼ oft hat es im Hüttenaufstieg noch ein Brunnen oder Bergbach)
- Lunch (nur soviel wie man auch isst) z.B. 1-2 Riegel, Biberli, Nüssli u. a.

### **Orientierung/Notfall/Sonstiges**

- Landeskarte: am besten offline auf dem Smartphone, mehr Infos: [bergpunkt.ch/apps](http://bergpunkt.ch/apps)
- Smartphone, dazu Reserveakku (Powerbank)
- Notbiwaksack
- evtl. Blasenpflaster
- evtl. Persönliche Medikamente
- evtl. Fotoapparat
- Geld, Ausweise, GA/Halbtaxabo (wenn vorhanden)

### **Für Hüttenübernachtung zusätzlich:**

- Stirnlampe
- wenig Ersatzkleider
- Toilettenartikel, kleines Tuch/Waschlappen
- Hüttenschlafsack (ideal ist ein leichter Seidenschlafsack)
- evtl. Ohropax
- evtl. Alpenvereinsausweis

### **Gruppenausrüstung**

Diese Ausrüstung hat der Bergführer dabei oder kann man auf die Gruppe aufteilen:

- evtl. Reservesonnenbrille
- Karte, ev. Führer, Topo, Bild der Tour
- evtl. Höhenmesser, Kompass, GPS
- Tourenapotheke
- evtl. Blasenpflaster/Tape
- evtl. Funk/Notfallgerät (z. B. Garmin inReach mini)
- evtl. Feldstecher

### **Gruppenausrüstung für Hochtouren**

- Seil (☼ optimale Länge des Seils auf Tour abstimmen, für Hochtouren ist oft ein 30-40m Einfachseil ideal, muss ein paar mal länger abgeseilt werden, dazu eine Radline)
- evtl. weiteres Sicherungsmaterial für Felsabschnitte, im Eis

- [Zu unserem Tourenangebot](#)
- [Zu Bächli-Bergsport](#)