

# AUSRÜSTUNGLISTE FÜR DEN ALPINKURS

- Alpinski fürs Gelände (entsprechend lang und breit), Snowboard fürs Gelände / Stöcke (große Teller), Teleskopstöcke für SB
- Rucksack, ca. 20 Liter (mit Ski- bzw. Snowboardbefestigungsmöglichkeit)
- VS-Gerät mit Reservebatterien, erlaubt sind nur mehr 3 Antennengeräte mit Frequenz 457 kHz Geräte dürfen nicht älter als 4 Jahre sein. Empfohlen sind folgende Geräte (Stand 2012) (vor allem bei Neukauf / Verleih) **Mammut Pulse, Pieps DSP o.ä, Ortovox3+ bzw. S1+, Mammut Elements**
- Lawinenschaufel (großes Schaufelblatt aus Metall z.B: Ortovox, Mammut, Life Link, Black Diamond, Voile) – Plastikschaufeln sind nicht mehr zugelassen
- Lawinsonde (soll nicht über den Rucksack hinausstehen, keine Schraubsonde, Mindestlänge 240 cm, keine Carbonsonden)
- Erste-Hilfe-Ausrüstung (Skilehrer Erste Hilfe) + Tape (Leukotape/Tucktape)
- Höhenmesser
- Sonnenbrille, Schibrille (orange oder gelb, für Nebel), Sonnenschutz (Haut- und Lippencreme)
- Winkel- bzw. Neigungsmesser, z.B.: Life Link oder in Bussole integriert
- Zeichenmaterial (Format A4) für Profilerstellung, Stifte, Lineal
- Kleiner Notizblock und Bleistift für unterwegs
- Pfeifferl (alpines Notsignal)
- Bekleidung: Skibekleidung/Snowboardbekleidung Handschuhe und Reserve (z.B.: Wollfäustlinge)
- Schlechtwetterbekleidung (z.B. Goretex)
- Werkzeug z.B.: Leatherman oder Reperaturtool
- **Karte: 1: 25000 vom Kursgebiet **Vorsicht:** am Kursort nicht erhältlich (Bestellung über [www.alpenverein.at](http://www.alpenverein.at) 3/2 Lechtaler Alpen, Arlberggebiet (Ski)**
- Empfohlene Kursliteratur: **Alpine Sicherheit; Lehrbuch des Tiroler Skilehrerverbandes**  
**Bestellmöglichkeit unter:** <http://shop.snowsporttirol.at/alpine-sicherheit.html>

**!!Eine Kursteilnahme ist nur mit vollständiger Ausrüstung möglich!!!**

- Wenn vorhanden: Schneesäge, Lupe, ABS Rucksack, Schneethermometer, Schneeraster, Biwaksack, 1 Reepschnur 5 - 6 mm Durchmesser, ca. 5 m lang
- **Ein Skriptum (Winter3) ist am Kursort erhältlich.**
- **Ein Unterrichtshandout Schnee und Lawinenkunde (Rottensteiner) findet ihr im Sportraum, dieses bitte zum Unterricht mitnehmen.**
- Wenn Literatur vorhanden bitte mitnehmen z.B.:  
Martin Engler, Die weiße Gefahr – ISBN 3-9807591-1-3  
Lawinen Entstehen - Vermeiden - Praxistips, Eike Roth, Buchverlag Rother GmbH, München, 1.Auflage 2013  
Werner Munter, 3 x 3, Lawinen, Michael Hoffmann Lawinengefahr, Powder Guide – Risikocheck für Freerider, Lawine Rudi Mair, Patrick Nairz