

## Materialliste Mehrtagestour Winter.

- Schneeschuhe, Skistöcke
- Feste Bergschuhe
- LVS, Sonde, Schaufel
- Rucksack ca. 30–40 L
- Winterwanderbekleidung im «Zwiebelprinzip» (inklusive warme Fleecejacke, Primaloft, oder ähnliches)
- Regen-, Windjacke (Gore-tex oder ähnliches)
- Reservekleider
- Warme Mütze
- 1 Paar warme Handschuhe
- 1 Paar dünne Handschuhe
- Sonnenhut
- Sonnenbrille
- Sonnenschutzmittel
- 2 mal Lunch und / oder kleine Snacks
- Thermosflasche
- Seidenschlafsack / Oropax
- Stirnlampe oder kleine Taschenlampe
- Toilettenartikel
- Persönliche Medikamente
- Blasenpflaster
- Halbtax / SAC Ausweis (wenn vorhanden)
- Bargeld

### PERSÖNLICHES NACH BEDARF:

- Fotoapparat
- Feldstecher

Bei Fragen können Sie mich gerne kontaktieren:

Alexandra Marty  
+41 79 704 81 21  
hallo@lieblingsberge.ch  
www.lieblingsberge.ch

