

Ausrüstungsliste Alpinkurs Landeslehrer

Ski und Snowboard

- Snowboard + 3-teilige Teleskopschistöcke (große Teller) **oder**
- Geländetaugliche Ski

- Ski- bzw. Snowboardbekleidung
- Helm
- Sonnenbrille, Skibrille;
- Sonnenschutz (Haut- und Lippencreme)
- Rucksack, ca. 20 Liter (mit Ski- bzw. Snowboardbefestigungsmöglichkeit)
- LVS-Gerät mit Reservebatterien; Frequenz 457 kHz; **3-Antennengerät Pflicht!**
- Lawinenschaufel (Schaufelblatt aus Metall, langer Stil)
- Lawinsonde (Länge ca. 3 Meter, keine Schraubsonde)
- Erste Hilfe Ausrüstung (Skilehrer Erste Hilfe) + starkes Tape (Leukotape)
- Biwaksack (2-Mann)
- 1 Reepschnur; 5-6 mm Durchmesser, ca. 5 m lang;
- Zeichenmaterial (A4-Block, Stifte, Lineal)
- Pfeiferl (alpines Notsignal)
- Wenn vorhanden: Schneesäge, Lupe, ABS-Rucksack, Schneethermometer, Schneeraster;
- Werkzeug z.B.: Leatherman, Duct Tape;
- Höhenmesser

- Schweizer Landeskarten - Swisstopo: Maßstab 1:25.000
1159 Ischgl, 1179 Samnaun; sind am Kurs erhältlich.
- Alpine Sicherheit – Lehrbuch des Tiroler Skilehrerverbandes am Kursort
erhältlich.

