

### Ausrüstungsliste:

- Alpinski Ski, mit denen man auch auf nicht präparierten Abfahrten fahren kann.
- Keine Rennski und nicht unbedingt neue Ski.
- Breite Freeride Ski sind vorteilhaft.
- Skistopperpflicht
  
- Für Snowboarder: Free Ride oder Free Style Board, kein Raceboard (Teleskopstöcke sind hilfreich)
- Stöcke, (Grosse Skiteller von Vorteil)
- Skischuhe
  
- Variantenrucksack (mit Skibefestigungsmöglichkeit)
- ABS Rucksack wenn vorhanden
- Lawinen Verschüttetensuchgerät, 3 Antennen, und digitalem Display
- Lawinenschaufel (aus Metall mittelgroßes bis großes Schaufelblatt und langem Schaufelstiel, ausziehbar)
- Lawinensonde (Rucksacksonde) Mindestlänge 240cm
- Erste Hilfe
- Biwak Sack (2Personen)
  
- Skibekleidung dem Hochwinter entsprechend
- Reservehandschuhe
  
- Sonnen, Gesichts u. Lippenschutz
- Fotoapparat (wenn vorhanden)
- Ärztliche Bestätigung

### Falls vorhanden:

- Schneesäge oder kurzer Fuchsschwanz Schnittlänge 30-40cm
- Schneeraster
- Schneethermometer
- Meterstab
- Lupe
- 5 m lange Reepschnur (5mm Durchmesser)
  
- Lehrunterlagen falls vorhanden:
  - Alpine Sicherheit/ Lehrbuch des Tiroler Skilehrerverbandes
  - Unterlagen der Skilehrerausbildung, Alpinskriptum