AUSRÜSTUNGSLISTE SKITOUREN

THE NORTH FACE

LOWA simply more...

VIVALPIN BERG & SKI

TOURENAUSRÜSTUNG

Skitouren Ski z.B.
VÖLKL Rise Above 88

Skitouren Bindung mit
Gehfunktion z.B.
MARKER KingPin

Felle z.B.
CONTOUR Hybrid

Freeride Schuh mit
Gehfunktion z.B.
DALBELLO Quantum

Skistöcke
z.B. LEKI

- ✓ Tourenski, ideal mit ca. 90 mm Breite unter der Bindung
- ✓ TÜV geprüfte Tourenbindung mit Skistopper und Harscheisen
- ✓ Auf die Tourenski angepasste Klebefelle
- ✓ Harscheisen
- ✓ Skitourenschuhe mit Profilsohle und Gehfunktion
- ✓ für Einsteigerkurse sind auch Pistenschuhe mit guter Passform ausreichend
- ✓ Ski- bzw. Teleskopstöcke mit für Tiefschnee geeigneten Tellern

THE NORTH FACE

LOWA
simply more...

VIVALPIN
BERG & SKI

NOTFALLAUSRÜSTUNG

Notfallausrüstung
z.B. ORTOVOX Diract, Lawinensonde, Lawinenschaufel

- ✓ LVS Gerät, am besten mit Dreiantennentechnologie
- ✓ Robuste Lawinenschaufel mit Metallblatt
- ✓ Lawinensonde

Nur für anspruchsvolle Skitouren mit Gletscherbegehung mit Gletscherausrüstung

- ✓ 1 Einfachseil (10mm, 40 m) pro Seilschaft*
- ✓ 1 Paar Steigeisen* (auf die Schuhe angepasst!)
- ✓ 1 Eispickel*, ca. 70 cm lang
- ✓ 2 Prusikschlingen, 5 mm, ca. 400-450 cm lang*
- ✓ 2 Schraubkarabiner, 2 Schnappkarabiner*
- ✓ 2 Bandschlinge lang, (genäht), 25 mm, 120 cm lang*
- ✓ 1 Seilklemme*

THE NORTH FACE

LOWA simply more...

VIVALPIN BERG & SKI

BEKLEIDUNG

Hardshell Jacke z.B.
THE NORTH FACE Summit Series
Torre Egger Futurelight

Skitourenhose z.B.
THE NORTH FACE
Torre Egger Hose

Funktionsshirt z.B.
ICEBREAKER

- ✓ Skihose und Jacke mit Klimamembran
- ✓ Softshelljacke
- ✓ Wechselwäsche, am besten aus Merinowolle
- ✓ Rolli + warmer Pullover/ Fleece
- ✓ Spezielle Funktions-Skisocken, Tipp: aus Merinowolle
- ✓ Handschuhe mit Klimamembran
- ✓ Mütze, Sonnenhut

Softshell z.B. THE NORTH FACE
Summit Series Softsshell

Daunenjacke z.B.THE NORTH FACE
Summit Series 50:50 Down Jacket

Mütze z.B. THE NORTH
FACE Beanie

Handschuhe z.B.
ZANIER Laserz.TW

THE NORTH FACE

LOWA
simply more...

VIVALPIN
BERG & SKI

SONSTIGES

Skibrille mit Doppelscheibe
z.B. SCOTT

Airbagsystem z.B.
SCOTT Patrol E1

Isolierte Trinkflasche z.B.
SEA TP SUMMIT 360°

1.Hilfe Set/Reiseapotheke

Wechselwäsche z.B.
ICEBREAKER

Multifunktionsuhr

- ✓ Skibrille mit Doppelscheibe,
  - ✓ Optional: Skihelm
- ✓ Sonnenbrille mit Seitenschutz, Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- ✓ Rucksack mit Hüftgurt für guten Halt bei der Abfahrt
  - ✓ für Tagestouren ca. 20-30l
  - ✓ für Mehrtagestouren und Durchquerungen ca. 30-40l
- ✓ Tagesproviant (Müsliriegel, Schokolade...)
- ✓ Thermosflasche mit heißem Getränk
- ✓ Kleine Apotheke mit Blasenpflaster etc.
- ✓ Ausweise, Geld in Landeswährung (für Bahnen, Verpflegung, Getränke)
- ✓ Optional: ABS Rucksack

Bei mehrtägigen Skitouren mit Hüttenübernachtung zusätzlich:

- ✓ Hüttenschlafsack
- ✓ Wechselbekleidung
- ✓ Stirnlampe

THE NORTH FACE

LOWA
simply more...

VIVALPIN
BERG & SKI

VERPFLEGUNG

Unser Tipp: Warme Getränke sind besonders geeignet, um den Flüssigkeitsverlust effektiv auszugleichen, z.B. in einer SEA TP SUMMIT 360° Trinkflasche

Unser Tipp: RAWBITE Riegel bestehen aus natürlichen Zutaten und sind perfekt für Ausdauersport geeignet

Ernährung allgemein

Eine ausgewogene Ernährung ist bei allen bergsportlichen Aktivitäten die Basis für Spaß und Erfolg. Vor, auf und nach der Tour sollte der Körper mit ausreichend Nährstoffen, Energie und Flüssigkeit versorgt werden.

Getränke

Bei und nach sportlichen Aktivitäten sollte man ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen um den Mineralstoffverlust zuverlässig auszugleichen. Geeignet dafür sind Mineraldrinks, die Vitamine, Mineralstoffe sowie Vitamine B1, B2, B6, Magnesium und Calcium enthalten.

Energieriegel

Sie stellen verbrauchte und benötigte Energie schnell zur Verfügung. Wir empfehlen Riegel mit natürlichen Zutaten und ohne Zuckerzusatz (Keine Schokoriegel!). Der gute Geschmack spielt eine wichtige Rolle, da man diese Riegel auch unter Belastung gerne zu sich nehmen sollte.

THE NORTH FACE
LOWA simply more...
VIVALPIN BERG & SKI

VIVALPIN BERGFÜHRER TIPP

Eine **funktionierende und vollständige Ausrüstung** ist für Skitouren besonders wichtig. Nicht klebende Felle, Schuhe mit Passformproblemen, eine falsch eingestellte Bindung oder wenig funktionelle Bekleidung können den Erfolg der Skitour gefährden.

Bei der **Skitouren-Bekleidung** hat sich bei besonders das Zwiebelprinzip bewährt. Mehrere dünnen Schichten können ideal variiert und so allen Bedingungen bestens angepasst werden.

Beim **Rucksack**-Packen gilt „weniger ist mehr". Denn jedes Gramm Gewicht will von dir während der ganzen Tour getragen werden. Außerdem musst du berücksichtigen, dass auch noch die Notfallausrüstung, bestehend aus Schaufel und Sonde, in deinem Rucksack Platz findet.

TOP Skitourenausrüstung zu attraktiven Preisen und mit kompetenter Beratung findest du bei unserem Partner **Sport Conrad**.

THE NORTH FACE

LOWA simply more...

VIVALPIN BERG & SKI

VIVALPIN LEIHAUSRÜSTUNG

Mietpreise für VIVALPIN PREMIUM LEIHAUSRÜSTUNG	Tag	Fr - So	Do - So	Woche
Tourenski VÖLKL VTA 88 o.ä. mit Marker Tour oder Kingpin, Länge 163, 170 und 177cm, Felle und Harscheisen	40,00 €	80,00 €	90,00 €	100,00 €
Notfallausrüstung ORTOVOX Zoom oder 3+ LVS-Gerät, Lawinenschaufel und -sonde	10,00 €	20,00 €	25,00 €	40,00 €
ABS Vario - Rucksack mit Carbon-Patrone	20,00 €	40,00 €	50,00 €	75,00 €
Gletscherausrüstung EDELRID Anseilkombination, Schlingenmaterial, Verschlusskarabiner, Steigeisen und Eispickel	15,00 €	30,00 €	40,00 €	60,00 €

*** Bei allen Ausbildungskursen wird die VIVALPIN PREMIUM LEIHAUSRÜSTUNG kostenfrei zur Verfügung gestellt.**

Bei vielen anderen Kursen und Führungen sind Ausrüstungspakete ebenfalls im Preis inbegriffen.

Bitte beachte die entsprechende Ausschreibung und gib die benötigten Ausrüstungsgegenstände bei der Anmeldung an. Für den Verleih von Touren-Ski benötigen wir außerdem deine Z-Zahl, die du von deinem eigenen Ski übertragen oder per App (z.B. Z-Value) ermitteln kannst.

THE NORTH FACE

LOWA simply more...

VIVALPIN BERG & SKI

DIE WICHTIGSTEN TIPPS FÜR DEINEN URLAUB

Bitte lies die gesamte Beschreibung der Tour inkl. der Ausrüstungsliste und der Anforderungen an die Teilnehmenden genau durch!

Dein Urlaub: Wir haben deine Tour gewissenhaft vorbereitet und geplant. Du bist immer in kleinen Gruppen unterwegs und wirst von einer:m bestens ausgebildeten Bergführer:in oder Skilehrer:in begleitet und betreut. Bei Unklarheiten, wenn du Hilfe benötigst oder wenn du einen speziellen Wunsch hast, wird er:sie immer ein offenes Ohr haben und dir gerne weiterhelfen.

Anforderungen und Vorbereitung: Bitte schätze in diesem Zusammenhang deine technischen und konditionellen Voraussetzungen realistisch ein. Die in der Tourenbeschreibung genannten Anforderungen sind für die erfolgreiche Durchführung der Tour zwingend notwendig. Für viele VIVALPIN Veranstaltungen kann ein gezieltes Training oder eine spezifische Vorbereitung z.B. durch entsprechende Touren äußerst hilfreich sein, damit du bestens gerüstet und mit maximalem Genuss deine Traumtour unternehmen kannst.
Ist eine teilnehmende Person den geforderten Anforderungen nicht gewachsen, so behalten wir uns aus Sicherheitsgründen einen Ausschluss von der Tour vor. In diesem Fall besteht kein Anspruch auf eine Rückerstattung des Bergführer:innen- bzw. Skilehrer:innenhonorars, weitere Kosten wie z.B. für bereits reservierte Stützpunkte können nur erstattet werden, wenn kurzfristig eine kostenfreie Stornierung möglich ist.

Programmablauf und mögliche Programmänderungen: Die VIVALPIN Kurse und Führungen finden im Hochgebirge unter ständig wechselnden Wetterlagen und Verhältnissen statt. Alle VIVALPIN Bergführer:innen und Skilehrer:innen besitzen die für ihre Tätigkeit notwendige Qualifikation und arbeiten mit einem ausgeklügelten Risikomanagement unter Berücksichtigung der aktuellen Wetterlage und der vorherrschenden Verhältnisse. Die Bergführer:innen und Skilehrer:innen informieren dabei ihre Teilnehmenden regelmäßig über die jeweilige Situation und die aktualisierte Planung.
Die im Programm ausgeschriebenen Touren und Führungen sind dabei als Vorschläge zu betrachten. Eine Programmänderung bei unvorhersehbaren Umständen, wie z.B. bei schlechten Verhältnissen am Berg oder Lawinengefahr ist jederzeit möglich und in manchen Fällen aus Sicherheitsgründen auch unumgänglich.

Benötigte Ausrüstung: Die in der beiliegenden Ausrüstungsliste aufgeführten Ausrüstungsgegenstände sind als zwingend notwendig zu betrachten. Bedenke, dass Wetteränderungen im Hochgebirge mit extremen Temperaturänderungen und Niederschlägen verbunden sein können. So behalten sich die verantwortlichen Bergführer:innen und Skilehrer:innen aus Sicherheitsgründen bei allen Kursen und Führungen vor, mangelhaft ausgerüstete Teilnehmende auszuschließen.
Bereite deine Ausrüstung deshalb gewissenhaft vor. Bei neuen Ausrüstungsgegenständen empfehlen wir außerdem, diese vorab in der Praxis auszuprobieren und zu testen. Bei allen Fragen zum Thema Ausrüstung helfen wir dir jederzeit und gerne mit Rat und Tat weiter. Die meisten technischen Ausrüstungsgegenstände können bei VIVALPIN zu günstigen Konditionen ausgeliehen werden.
Für den Verleih von Freeride-Ski benötigen wir deine Z-Zahl, die du von deinem eigenen Ski übertragen oder per App (z.B. Z-Value) ermitteln kannst. Für die Einstellung deiner Leihbindung übernehmen wir keine Verantwortung!

Kursabsage durch Krankheit etc.: Falls du wegen einer Erkrankung oder aus anderen privaten Gründen kurzfristig an einem Kurs oder einer Führung nicht teilnehmen kannst, fallen die in den AGBs aufgeführten Stornokosten an. Dafür bitten wir um Verständnis, da ansonsten bei den üblicherweise kleinen Gruppengrößen die Durchführungssicherheit für die übrigen Teilnehmenden nicht gewährleistet wäre. Eine Kulanzlösung bei einem Reiserücktritt ist nur möglich, wenn kurzfristig ein Ersatz gefunden werden kann. Deshalb bitten wir dich, uns schnellstmöglich über deinen Rücktritt zu informieren.
Unabhängig davon empfehlen wir für alle Kurse und Führungen den Abschluss einer Reiserücktrittskosten-Versicherung, die in vielen Fällen die Stornogebühren übernimmt.

THE NORTH FACE
LOWA simply more...
VIVALPIN BERG & SKI