

AUSRÜSTUNGSLISTE

Skitouren



Deine Packliste

Skitourenschuhe

- komfortabel
- optimale Kraftübertragung
- leicht


Rucksack

- ca. 25 Liter Fassungsvermögen
- Halterungen für Helm und Ski

Funktionelle Bekleidung

- Wasserdichte Skitourenhose
- Funktionsunterwäsche
- Funktionssocken
- Wasserdichte Hardshell
- Wärmende Midlayer
- Handschuhe, Mütze, Helm

Und nicht vergessen!

- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor, Sonnenbrille
- kleine Notfallapotheke mit Blasenpflaster, Schmerzmittel u.ä.
- Handy mit passenden Apps, Ausweise, Bargeld
- Multifunktionsuhr
- [Rabattcode](#) für deinen Einkauf bei 

Verpflegung

- geeignete Trinkflasche
- ausreichend Getränke
- Energieriegel

Skitourenausrüstung

- Tourenski mit Pin-Bindung
- Felle und Harscheisen
- Skitourenstöcke

Notfallausrüstung

- LVS-Set Gerät *
- Schaufel und Sonde *
- Airbag Rucksack (optional)

* wird bei Einsteigerkursen
kostenfrei zur Verfügung gestellt!

Unsere Empfehlung



HEAD CruX

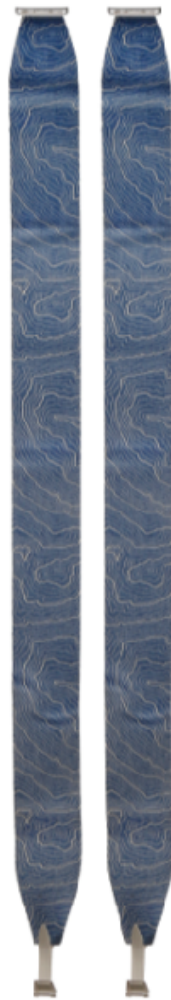
Skitourenschuhe sind ein wichtiger Ausrüstungsgegenstand für deine Skitouren. Sie sollten vermeintlich widersprüchliche Eigenschaften in sich vereinen:

- ✓ Leicht (ideal unter 1.500g /Schuh)
- ✓ gut isoliert für tiefe Temperaturen
- ✓ optimale Kraftübertragung für die Abfahrt
- ✓ maximale Beweglichkeit im Aufstieg
- ✓ bequem und mit engem Kraftschluss
- ✓ mit anatomischer, besser noch orthopädischer Innensohle
- ✓ mit perfektem Fersenhalt
- ✓ mit griffiger Markenprofilsohle
- ✓ mit Pin Inserts für Pin Skitourenbindungen

Unsere Empfehlung



HEAD Tourenski Crux Pro 87
 HEAD Almonte 12 PT Bindung



Passende Felle
 CONTOUR Guide Mix



Skitourenstöcke
 LEKI Sherpa Carbon

Der ideale Skitourenski hat überdurchschnittliche Fahreigenschaften in jedem Schnee und jedem Gelände. Für den Aufstieg sollte das System Ski - Bindung - Felle zudem möglichst leicht sein. Die ideale Skilänge entspricht je nach Fahrkönnen +/- 10 cm deiner Körpergröße

- ✓ hochwertiger Aufbau
- ✓ Robust und Leicht
- ✓ ideal mit 80 - 90 mm Breite unter der Bindung
- ✓ Gewicht unter 1.500 g bei 170 cm Länge pro Ski
- ✓ fehlerverzeihendes Fahrverhalten

- ✓ passgenaue Felle aus Mohair oder Mischgewebe
- ✓ passende Harscheisen
- ✓ Skitourenstöcke mit Powder-Teller

Tourenski und Zubehör können gegen [Gebühr](#) geliehen werden

Unsere Empfehlung



LVS Gerät
ORTOVOX Diract



Lawinenschaufel
ORTOVOX



Lawinensonde
ORTOVOX



ABS Rucksack
SCOTT Patrol
Ultralight 25

Die Notfallausrüstung entscheidet im Extremfall über Leben und Tod. Du solltest sie auf jeder Skitour im Off Pist Gelände mitführen und die Anwendung regelmäßig trainieren.

- ✓ modernes 3 Antennen LVS Gerät *
- ✓ robuste Lawinenschaufel mit Metallblatt und Teleskopstil *
- ✓ Lawinensonde mit Schnellverschluss aus Carbon *

Optional

- ✓ Leichter Airbag-Rucksack mit ca. 25l Fassungsvermögen
- ✓ Elektronisches Auslösesystem für hohe Zuverlässigkeit

* Die Notfallausrüstung bestehend aus LVS Gerät, Schaufel und Sonde wird bei den VIVALPIN Einsteigerkursen kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Unsere Empfehlung



Rucksack
SCOTT Patrol
Ultralight 25



Baselayer
Merino
ICEBREAKER



Midlayer
THE NORTH FACE
Future Fleece



Hardshell
THE NORTH FACE
Torre Egger



Hardshell Hose
THE NORTH FACE
Stimpson

Die Bekleidung für deine Skitouren muss funktionell sein und sollte im Zwiebelprinzip in mehreren Schichten aufgebaut sein. Dies ermöglicht bei jedem Wetter und bei allen Verhältnissen einen hohen Klimakomfort. Mit einer hochwertigen Bekleidung kannst du deinen Energieverbrauch senken und bist leistungsfähiger.

- ✓ Funktionsunterwäsche (sehr empfehlenswert aus Merinowolle)
- ✓ Midlayer aus Funktionsmaterial, ideal mit Kapuze
- ✓ Hardshell Skitourenhose für guten Klimakomfort, schnelltrocknend
- ✓ Hardshell, wasserdicht und atmungsaktiv, Jacke und Hose
- ✓ Geeignete Socken (sehr empfehlenswert aus Merinowolle-Mischgewebe)
- ✓ entsprechende Wechselwäsche und T-Shirts
- ✓ Sonnenbrille mit Seitenschutz
- ✓ Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- ✓ Wasserdichte Handschuhe und Mütze

Unsere Empfehlung



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



SEEBERGER Trailmix, bestehen aus natürlichen Zutaten und perfekt für Ausdauersport geeignet

Ernährung allgemein

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

Getränke

Nimm bei und nach sportlichen Aktivitäten ausreichend Flüssigkeit zu dir, um den Mineralstoffverlust zuverlässig auszugleichen. Geeignet dafür sind Mineraldrinks, die Vitamine, Mineralstoffe sowie Vitamine B1, B2, B6, Magnesium und Calcium enthalten.

Verpflegung

Verbrauchte und benötigte Energie sollte schnellst möglich zur Verfügung gestellt werden und lange anhalten. Wir empfehlen dir Riegel mit natürlichen Zutaten und ohne Zuckerzusatz (Keine Schokoriegel!) oder auch gerne Nuss-Früchte-Mischungen. Der gute Geschmack spielt eine wichtige Rolle, da du diese Riegel auch unter Belastung gerne essen solltest.

Unsere Empfehlung



SCOTT Skitourenhelm
Couloir



SCOTT React
Skibrille



Erste Hilfe Set mit
Blasenpflaster,
Aspirin u.ä.



Multifunktionsuhr
SUUNTO

Für die meisten Touren gilt: Weniger ist mehr. Denn ein unnötig schwerer Rucksack kann den Erfolg deiner Tour gefährden. Die aufgeführte Ausrüstung solltest du bei jeder Unternehmung dabei haben:

- ✓ Leichter Skitourenhelm mit passender, beschlagfreier Skibrille
- ✓ Kleine Rucksackapotheke, u.a. mit Blasenpflaster, Leukotape, Aspirin, Schmerzmittel u.ä., außerdem Kabelbinder und Werkzeugtool
- ✓ Ausweise, Geld (für Bahnen, Verpflegung, Getränke)
- ✓ Handy mit geeigneten Apps (SOS EU ALP, Alpenvereinaktiv, Wetter etc.)
- ✓ Multifunktionsuhr z.B. SUUNTO VERTICAL PRO mit langer Akkulaufzeit

Bei mehrtägigen Touren mit Hüttenübernachtung zusätzlich:

- ✓ Leichter Hüttenschlafsack, Waschzeug, Mikrofaserhandtuch, Ohropax
- ✓ Wechselwäsche und T-Shirts, evtl. leichte Jogginghose, Shorts
- ✓ Ladegerät für Handy, Powerbank, evtl. Stirnlampe
- ✓ evtl. Hüttenschuhe, sind aber auf den Stützpunkten meist vorhanden

Mietpreise

Mietpreise für VIVALPIN PREMIUM LEIHAUSRÜSTUNG	Tag	Fr - So	Do - So	Woche
Premium Tourenski mit Pin, Länge 163, 170 und 177cm, inkl.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 €
SCOTT PATROL - Airbag Rucksack	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 VIVALPIN Einsteigerkursen wird die benötigte Notfallausrüstung kostenfrei zur Verfügung gestellt.**

Zusätzliche Leihhausrüstung kann für alle Touren dazu gebucht werden. Die Preise gelten nur im Zusammenhang mit einer VIVALPIN Buchung.

Allgemeine Empfehlungen

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.

Deine Vorbereitung: Bitte schätze deine technischen und konditionellen Voraussetzungen für die geplante Tour 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.

Allgemeine Empfehlungen

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.