

# Ausrüstungsempfehlungen für das Skilager

(kein Anspruch auf Vollständigkeit)

## Für die Piste

- Wasser- und winddichte Bekleidung
- Warme Skiunterwäsche (lange Hose), zum Wechseln
- Mehrere dünne, ein dicker Skipullover (Fleece empfohlen, da schnell trocknend)
- Skisocken, mind. 2 Paar
- Mütze
- Skihandschuhe, warm und wasserdicht, mögl. 2. Paar zum Wechseln
- Skihelm !! Helmpflicht im Bundesland Steiermark !!**
- Skibrille mit Lichtschutz
- Sonnenschutzcreme SF 30 aufwärts, Lippenschutz
- Tagesrucksack
- Kleine Getränkeflasche + Plastikbecher
- Skistiefel (Passform, Funktion überprüfen; **Öffnen und Schließen trainieren!!**)
- Skier (Kanten und Belag überprüfen, Bindungsfunktion im Fachgeschäft testen lassen [entfällt bei Leihski]); **Ein- und Aussteigen trainieren!!**)
- Stöcke in richtiger Länge (Fachgeschäft); Teller, Griffe und Schlaufen in Ordnung?

## Im Haus

Auf Grund der besonderen Lage des Quartiers sind ohne Skier keine Ausflüge möglich, deshalb genügen folgende Empfehlungen:

- 1 Paar feste Schuhe – besser Stiefel – (auf der Fahrt anziehen → Weg vom Lift zum Quartier durch den Schnee!)**
- Turnschuhe oder **feste** Hausschuhe (→feuchter Boden im Skischuhraum)
- Trainingsanzug oder Jeans, etc.
- T-Shirts, Sweatshirts, Pullover
- ausreichend Wäsche zum Wechseln, ebenso Socken
- Waschutensilien im Waschbeutel, 2 eigene Handtücher, Seife zum Händewaschen (Alle Zimmer haben Bad mit Dusche/WC)

## Sonstiges

- Ausweis
- Versicherungskarte
- Wecker/Uhr (Mobiltelefone werden nachts eingezogen!)
- Digitalkamera/Ersatzbatterien
- Spiele aller Art wie Kartenspiele, Brettspiele, Würfelspiele usw.
- Lesestoff; kein Notebook/keine Spielekonsole – keine Videos/DVDs
- Schreibblock, Schreibzeug, Stifte aller Art
- Tischtennisschläger, -bälle
- Geldbeutel (immer am Mann/an der Frau)
- evtl. lösliches Getränkpulver (Eistee, Fruchtmischung, o.ä.)

- **Achten Sie bitte auf übersichtliches Gepäck! 1 Koffer/Reisetasche muss genügen (Unser Reisebus hat nur einen begrenzten Gepäckraum).**
- **Kennzeichnen Sie bitte das Gepäckstück, eigene Skier, Stöcke, Stiefel mit Anhänger, Aufkleber bzw. wasserfestem Stift.**
- **Liebe Eltern, bitte verzichten Sie auf die Mitgabe von Süßigkeiten oder anderer „Zusatzverpflegung“, es besteht dazu keine Notwendigkeit, denn die Vollpension im Quartier ist absolut großzügig bemessen!!**
- **Keine Medikamente ohne Absprache mit dem Kursleiter mitgeben!!!!**