



Vorschlag für eine Heli-Skiing Packliste

Anmerkung: in einem warmen Helikopter neigt man zu Überhitzung und kämpft gegen das Schwitzen. Folglich empfehlen wir das Schichtensystem. Denken Sie daran, dass auch ein Helm sehr warm ist und der Wind nicht die eventuell nötige Abkühlung bringen kann.

Wir schlagen daher folgendes Schichtenprinzip vor, dass sich sehr bewährt hat.

- -8 Grad Celsius und wärmer: Gore-Tex Jacke (nicht isoliert), leichter Micro-Fleece-Pullover, lange Seidenunterwäsche, dünne Kopfbedeckung und Manschettenhandschuhe
- -8 bis -16 Grad Celsius: : Gore-Tex Jacke (nicht isoliert), leichter Micro-Fleece-Pullover, mittelwarme lange Unterwäsche. Dünne Kopfbedeckung, leichtes Halstuch und Manschettenhandschuhe. Eine Weste für die Mittagspause wäre ideal.
- -16 und kälter: Gore-Tex Jacke. Mittel dickes Fleece oder eine Softshell Jacke.
Mittelwarme lange Unterwäsche. Warme Kopfbedeckung, warmes Halstuch oder Schal und Manschetten-Fausthandschuhe. Eine Daunenweste für die Mittagspause oder zum überziehen, falls man friert.
- bequeme Skischuhe (am besten nicht neu). Unser Tipp: nehmen Sie die Skischuhe im Handgepäck mit!
- Eine Skibrille in guter Qualität, die nicht beschlägt. Brillengläser mit denen man auch bei wenig Licht noch gut sieht, wären ratsam. Falls Sie Brillenträger sind, benutzen Sie Ihre gewohnte Skibrille mit der richtigen darunter.
- Wasserfeste oder -resistente Kleidung. Gore-Tex Kleidung ist am besten. Die Größe sollte so gewählt sein, dass man auch etwas darunter ziehen kann (Schichtenprinzip)
- 2 paar Skihandschuhe oder Fausthandschuhe mit Manschetten
- 1 paar Handschuhe oder Fausthandschuhe für die extra Portion Wärme oder während der Einführung und in den Mittagspausen zu tragen
- 2 Kopfbedeckungen; 1 für wärmere und 1 für kühlere Tage
- 2 mal synthetische oder wollene lange Unterwäsche (Hemd und Hose). 1 Seidenunterwäsche und eine mittelwarme Unterwäsche (Keine Baumwolle)
- 2-3 paar Skisocken, falls Sie nicht zuviel Druck im Schuh haben (sonst mehr)
- Leichte Micro-Fleece Jacke oder Pullover (Schichtenprinzip)
- Mittleres Fleece oder Softshell-Jacke (Schichtenprinzip)
- Sonnencreme und Lippenstift (kleine Tube), Sonnenbrille, Kamera, Badesachen und Bademantel
- Sportliche Kleidung für die Lodge