

# Merkblatt 3 - Biwakausrüstung



## Winter

### Iglu- oder Schneelochübernachtungen

Das grösste Problem im Schneehaus ist nicht die Kälte, sondern die Feuchtigkeit. Schau, dass du feuchte Kleider wechseln oder schnell trocken kriegen kannst. Verzichte auf Baumwolle, diese saugt die Feuchtigkeit auf, gefriert und gibt dir kalt (Verdunstung). Wolle oder synthetische Wäsche, sowie mehrere dünne Schichten sind vorzuziehen.

#### Baumaterial

##### Iglu

- Schneesägen, 1 lange für den „Steinbruch“, 1 (kleine) für den Baumeister \*
- Schneeschaukel (Lawinschaukel)
- Sondierstande \*
- Schnur
- Schaumstoffmätteli zugeschnitten als Knie-/Stehmatte (Isolation) \*

##### Schneeloch (Wächtenbiwak)

- Stabile Schneeschaukel, wenn möglich Alu- oder Stahlblatt.  
(Vorwärtskommen in harten Schnee)
- Sondierstande \*
- Schaumstoffmätteli zugeschnitten als Knie-/Stehmatte (Isolation) \*
- Gummibänder um die Stopper der Skis zurück zu binden \*\*
- Zum graben nur wenig anziehen, (T-Shirt + GoreTex genügt) und nach der Grabarbeit die nassen Sachen schnell wechseln
- Leichte dünne Handschuhe verwenden (alles wird plotschnass!!)

##### Küchenutensilien

- Benzinkocher, Windschutz \*
- Unterlage für den Kocher \*  
(z.B. 6mm Sperrholz)
- Pfannenset \*
- Benzinkanister mit Einfülltrichter \*
- Schwingbesen (Suppen, Milchpulver) \*
- Feuerzeug

#### Allgemeines

- 1-2 dünne Handschuhe zum Arbeiten
- Wind- und Kälteschutz
- Sonnencreme, Sonnenbrille
- dicke Handschuhe und Kappe
- Verpflegung
- Thermosflasche mit warmem Tee (1L)
- Geld, 1/2 Tax etc
- pers. Medis
- bei zusätzlicher Ski- oder Snowboardtour: siehe Merkblatt 1

#### Schlafen

- Dicke Isomatte (oder 2 dünne)
- Warmer Schlafsack (oder 2 dünne)
- Ev. Biwakhülle
- Stirnlampe
- Lange, nicht zu enge Thermowäsche
- Socken + Kappe (die nur zum Schlafen verwendet werden)

#### Allgemeine Tipps

- Jeder hat ein Feuerzeug bei sich für Kocher, Kerzen und zur Verbrennung des WC Papiers = Umweltschutz
- früh mit der Standortbestimmung des WC und Schneeholplatz (kochen) beginnen
- Kerzen für die Innenbeleuchtung
- Mehrere dünne Schichten geben wärmer als eine Dicke
- Schuhe nicht zu eng wählen (Bewegung der Zehen gibt warm)
- Innenschuhe in den Biwaksack nehmen
- Wenn du kalte Füsse hast: Ziehe eine Kappe an und bewege dich!

\* Gegenstände die mit einem Stern gekennzeichnet sind, brauchst du ev. nicht unbedingt, bitte frage beim Tourenleiter nach.

\*\* Wer dies hat, nimmt es mit, ist aber nicht zwingend.