



ERZTROPHY – Persönliche Ausrüstung / Personal equipment

Ausrüstungsgegenstand - Of equipment	Sprint	Vertical	Individual
Die Ski müssen Metallkanten haben mit einer Mindestlänge von 160 cm in den allgemeinen Herrenklassen bzw. 150 cm in den Damenklassen. In den Nachwuchsklassen gibt es keine Mindest-Skilänge. <i>The skis must have metal edges with a minimum length of 160 cm in the general men's classes or 150 cm in the women's classes.</i> <i>In the junior classes there is no minimum ski length.</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Die Skitourenbindungen müssen eine vertikale und seitliche Auslösung besitzen, die Bindung muss Fersenfreiheit für den Aufstieg erlauben. <i>The ski touring bindings must have a vertical and lateral release, the binding must allow heel clearance for ascent.</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Die Skitourenschuhe müssen mindestens 2 Verschlusssysteme besitzen (zB 2 Schnallen oder 1 Schnalle + 1 Boa), über den Knöchel reichen und die Gummisohle eine Mindestprofiltiefe von 4 mm aufweisen. <i>The ski touring shoes must have at least 2 closure systems (eg 2 buckles or 1 buckle + 1 boa), extend over the ankle and the rubber sole have a minimum profile depth of 4 mm.</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Ein Paar Skistöcke - <i>A pair of ski poles</i>	PFLICHT	PFLICHT	PFLICHT
Ein Paar Steigfelle , die auch noch im Ziel vorhanden sein müssen und während einer Abfahrtspassage verpflichtend im Rucksack oder im Rennanzug verstaut werden müssen. <i>A pair of climbing skins, which must also be present at the finish and must be stowed in a compulsory backpack or race suit during a downhill passage.</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
3 Schichten Bekleidung für den Oberkörper : eine davon muss langärmelig dauernd am Körper getragen werden, eine davon als langärmeliger Windstopper (ebenfalls am Körper oder im Rucksack). <i>3 layers of clothing for the upper body: one of them must be worn long-sleeved permanently on the body, one of them as a long-sleeved Windstopper (also on the body or in a backpack).</i>		PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
2 lange Schichten Bekleidung für den Unterkörper , mindestens eine davon muss dauernd am Körper getragen werden, eine weitere als Windstopper (ebenfalls am Körper oder im Rucksack). <i>2 long layers of clothing for the lower body, at least one of which must be worn permanently on the body, another as a windstopper (also on the body or in the backpack).</i>		PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Handschuhe , welche die gesamte Hand bedecken und die gesamte Renndauer getragen werden müssen. <i>Gloves that cover the entire hand and must be worn throughout the race.</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Ein Helm , welcher entweder der Norm EN12492, UIAA 106 oder EN1077 (classB) entsprechen muss. Radhelme sind in den Rennklassen nicht erlaubt. <i>A helmet that must comply with either the EN12492, UIAA 106 or EN1077 (classB) standard. Cycling helmets are not allowed in the racing classes.</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Ein Rucksack ausreichender Größe, der idealerweise über Rückenprotektoren verfügen sollte. Ansonsten ist beim Befüllen darauf Acht zu geben, dass man ja im Falle eines Sturzes eventuell direkt auf den Rucksack fällt. <i>A backpack of sufficient size, which ideally should have back protectors. Otherwise is to be careful when filling, so that in case of a fall may fall directly on the backpack (risk of injury).</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Ein eingeschaltetes, sendendes LVS-Gerät (457 MHz) am Körper oder in einer Innentasche der Rennkleidung. <i>A powered, transmitting (457 MHz) transceiver on the body or in an inside pocket of racing clothing</i>		PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Lawinenschaufel mit mind. 0,04 m ² Blattgröße und Stiel, Gesamtlänge mind. 50 cm. <i>Avalanche shovel with min. 0.04 m² leaf size and stem, total length min.50 cm.</i>		PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Eine Lawinsonde mit mind. 10 mm Durchmesser und einer Mindestlänge von 2,4 m. <i>An avalanche probe with a minimum diameter of 10 mm and minimum length of 2.4 m</i>		PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Eine Rettungsdecke (Alufolie) mit einer Mindestgröße von 1,8 m ² <i>A rescue blanket (aluminum foil) with a minimum size of 1.8 m²</i>		PFLICHT <i>Duty</i>	PFLICHT <i>Duty</i>
Eine Signalpfeife - <i>A whistle</i>		PFLICHT	PFLICHT
Eine Sonnenbrille oder eine Skibrille - <i>Sunglasses or goggles</i>	PFLICHT		PFLICHT
Eine Stirnlampe ausreichender Helligkeit - <i>A headlamp of sufficient brightness.</i>	PFLICHT		
Die Mitnahme eines Mobiltelefons wird empfohlen! <i>Taking a mobile phone is recommended!</i>	empfohlen <i>recommended</i>	empfohlen <i>recommended</i>	empfohlen <i>recommended</i>