

# Anfänger-Checkliste

Dein erster Skiurlaub – alles dabei, nichts vergessen

WINTERSPORT-  
KAUFHAUS

Saison 2025/26

## Hauptausrüstung

- Ski, Bindung & Stöcke**  
Meist Verleih · richtige Länge beachten
- Skischuhe (Boots)**  
Wichtigstes Teil – muss fest sitzen, nicht drücken
- Helm**  
Pflicht für Kinder · fest, ohne zu verrutschen

## Skikleidung (Zwiebelprinzip)

- Funktionsunterwäsche**  
KEIN Baumwolle · Funktionsstoff/Merino
- Mid-Layer (Fleece)**  
Die wärmende Schicht
- Skijacke**  
Wasserdicht & atmungsaktiv (ab 10.000 mm)
- Skihose**  
Wasserdicht & atmungsaktiv

## Accessoires (oft vergessen!)

- Skibrille (Goggle)**  
Schutz vor Sonne, Wind, UV
- Skihandschuhe**  
Wasserdicht & warm
- Skisocken**  
Dünn & speziell – keine Wollsocken
- Buff / Halstuch**  
Schützt Gesicht & Hals
- Sonnencreme & Lippenpflege**  
Mit LSF – Schnee reflektiert UV!

## Nicht vergessen

- Erste-Hilfe-Set & Pflaster**  
Gegen Druckstellen
- Liffticket / Skipass**  
Vorab online oft günstiger
- Rucksack**  
Für Wasser, Snack, Sonnencreme

## Die wichtigsten Tipps

### Boots zuerst, dann Ski

Such immer zuerst den passenden Skischuh – beim Schuh nicht sparen. Ein schlecht sitzender Boot ruiniert den ganzen Tag.

### Leihen oder kaufen?

Beim 1. Mal: Ski/Stöcke leihen. Helm, Kleidung, Brille, Handschuhe & Socken kaufen – günstig, persönlich und im Verleih kaum verfügbar.

### Sonne & Kälte nicht unterschätzen

Die zwei häufigsten Anfänger-Fehler: Sonnenbrand im Gesicht (Schnee reflektiert UV – Creme auch bei Bewölkung!) und kalte, nasse Hände. Gute Handschuhe sind Gold wert.

Mehr Tipps, Rechner & der KI-Pisten-Profi: [wintersport-kaufhaus.de/ratgeber](https://wintersport-kaufhaus.de/ratgeber)