



Bekleidung

- ✓ Hochtouren Hose
- ✓ T-shirt
- ✓ Fleecepullover oder Jacke
- ✓ leichte Daunenjacke
- ✓ Jacke, wind- und wasserdicht (z.B.: Gore Tex)
- ✓ Haube + Handschuhe (dünne & warme)
- ✓ Funktionsunterwäsche lang
- ✓ Wandersocken + Reserve
- ✓ ev. Gamaschen
- ✓ Kappe, Sturmhaube oder Buff

Technische Ausrüstung modern, normgerecht (CE- Zeichen)

- ✓ 25 – 40l Rucksack ev. mit Rucksackregenschutz
- ✓ Halbsteigeisenfeste oder Steigeisenfeste Bergschuhe
- ✓ *passende Steigeisen mit Antistollplatte
- ✓ *1x Pickel
- ✓ *Hüftgurt
- ✓ *Steinschlaghelm
- ✓ *Eisschraube
- ✓ *Klettersteigset
- ✓ *Reepschnürre (2x 3m 1x 1,5m 6mm Durchmesser oder 5mm Kevlar)
- ✓ *Bandschlingen 1x 120cm
- ✓ *3x HMS Karabiner
- ✓ *2x Schnappkarabiner baugleich
- ✓ 50 Meter Einfachseil (pro 2 bis 3 Teilnehmer)
- ✓ Verbandspaket
- ✓ Alpenvereinskarte vom Gebiet

Allgemeines

- ✓ Sonnenschutz (Brille, Kappe, Sonnencreme+ Lipstick)
- ✓ Jause, Snack, Müsli- Schokoriegel
- ✓ Getränk min. 1,5 l
- ✓ LED Stirnlampe mit guten Akkus/ Batterien
- ✓ Toilettenartikel minimalistisch
- ✓ Mitgliederausweise Alpine Vereine
- ✓ Hüttenschlafsack
- ✓ Mobiltelefon (Für Notfallverständigung: 140 Bergrettung oder 112 internationaler Notruf auch ohne Pin in alle Netze)

*Kann gegen Gebühr geliehen werden, 30€/ Set für die Kursdauer. Leihmaterial bitte bei Buchung anfragen.