



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 1x 60cm länge
- ✓ 3x HMS Karabiner
- ✓ 2x Schnappkarabiner baugleich
- ✓ 1x Safelock Karabiner
- ✓ 50 Meter Einfachseil (pro 2 bis 3 Teilnehmer)
- ✓ 6x Express
- ✓ Klemmkeile und Friends Grundsoriment (circa 10 Keile, 3-4 Cams z.B. Black Diamond #0,5, #0,75 #1, #2)
- ✓ 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
- ✓ kl. 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.