Yoga und Klettern
Ausrüstungsliste

Bekleidung je nach Witterung

- Badesachen
- Bequeme (Yoga) Kleidung
- Handschuhe (zum Sichern tauglich) + Haube
- Jacke, wind- und wasserdicht
- Primaloft- oder Fleecejacke
- Sportliche Bekleidung

Technische Ausrüstung

- Chalkbag (Magnesiumbeutel)
- Klettergurt (Hüftgurt)
- Kletterhelm
- 1 Karabiner ohne Verschlusssicherung (Schnapper)
- 12 Expressschlingen
- 2 Schraubkarabiner
- Messer + Feuerzeug
- Bandschlinge vernäht 120 cm Länge
- Rucksack ca. 30 L
- Kletterschuhe
- leichte Bergschuhe mit Profilsohle (Kategorie A/B)
- Zustiegsschuhe (Kategorie A)
- Kletterseil pro Seilschaft (Einfachseil 70 m)
- Sicherungsgerät (z.B. Tuber, GriGri, HMS, Smart, ClickUp) + dazu passender Karabiner
- Yogablöcke, Yogagurt usw. (nach Bedarf)
- Yogamatte (für indoor und outdoor)

Allgemeine Ausrüstung

- Sonnenbrille (gut abschließend) + Sonnencreme + Lippstick + Kapperl
- Bargeld
- Mobiltelefon aufgeladen
- Erste Hilfe mit Leukotape
- Jause für tagsüber (z.B. Nüsse, Müsliriegel, Schoko,...) + Teesäckchen

Optionale Ausrüstung

- Kamera

Falls etwas ausgeliehen werden muss, bitte um rechtzeitige Kontaktaufnahme!

Freiluftleben OG
Kreuzbergpromenade 38, 5026 Salzburg, AUSTRIA | info@freiluftleben.at | +43 664 64 664 23
Raiffeisenbank Gunskirchen-Umweltcenter, IBAN: AT97 3412 9000 0893 3905 | BIC: RZOOAT2L129