

# Sportkletterkurs Aufbau in Salzburg

## Ausrüstungsliste

### Bekleidung je nach Witterung

- Handschuhe (zum Sichern tauglich) + Haube
- Jacke, wind- und wasserdicht
- Primaloft- oder Fleecejacke
- Sporthose

### Technische Ausrüstung

- 1 Karabiner ohne Verschlusssicherung (Schnapper)
- 2 Schraubkarabiner
- Bandschlinge vernäht 120 cm Länge
- Chalkbag (Magnesiumbeutel)
- Klettergurt (Hüftgurt)
- Kletterhelm
- Kletterschuhe
- Kletterseil pro Seilschaft (Einfachseil 70 m)
- Messer + Feuerzeug
- Rucksack
- Sicherungsgerät (z.B. Tuber, GriGri, HMS, Smart, ClickUp) + dazu passender Karabiner
- Zustiegsschuhe (Kategorie A)

### Allgemeine Ausrüstung

- Bargeld
- Erste Hilfe mit Leukotape
- Jause für tagsüber
- Sonnenbrille (gut abschließend) + Sonnencreme + Lippestick + Kapperl
- Trinkflasche oder Thermosflasche

### Optionale Ausrüstung

- Kamera
- Mobiltelefon aufgeladen

**Falls etwas ausgeliehen werden muss, bitte um rechtzeitige Kontaktaufnahme!**



**Freiluftleben OG**

Kreuzbergpromenade 38, 5026 Salzburg, AUSTRIA | [info@freiluftleben.at](mailto:info@freiluftleben.at) | +43 664 64 664 23  
Raiffeisenbank Günskirchen-Umweltcenter, IBAN: AT97 3412 9000 0893 3905 | BIC: RZOOAT2L129