



Klettersteigkurs für Anfänger in Tirol

Ausrüstungsliste

Bekleidung je nach Witterung

- Dünne Haube (tragbar unter Helm)
- Funktionsunterwäsche + Wechselleiberl
- Jacke, wind- und wasserdicht
- Lange, dünne Berghose
- Primaloft- oder Fleecejacke
- Rad- oder Klettersteighandschuhe
- Wandersocken

Technische Ausrüstung

- 1 HMS-Schraubkarabiner
- Bandschlinge vernäht 60 cm, Mischgewebe
- kleiner Rucksack ca. 25 L
- Klettergurt (Hüftgurt)
- Kletterhelm
- leichte Bergschuhe mit Profilsohle (Kategorie A/B)
- Y - Klettersteigset (Rückrufkontrolle!! unter <http://www.naturfreunde.at/Service/detail/33430/>).

Allgemeine Ausrüstung

- Bargeld
- Erste Hilfe mit Leukotape
- Hüttenschlafsack (dünn, Seide) (bei Mehrtagestour)
- Jause für tagsüber
- Mobiltelefon aufgeladen
- Sonnenbrille (gut abschließend) + Sonnencreme + Lippestick + Kapperl
- Stirnlampe mit neuen Batterien
- Toilettenartikel im Kleinstformat (bei Mehrtagestour)
- Trinkflasche mind. 1,5l
- Zweimann-Biwaksack

Optionale Ausrüstung

- Entsprechende topographische Karte (z.B. AV-Karte) + Planzeige
- Kamera
- Klettersteigführer
- Mitgliedsausweis alpiner Vereine (Naturfreunde, ÖAV, DAV, SAC)

Falls etwas ausgeliehen werden muss, bitte um rechtzeitige Kontaktaufnahme!