



# Ausrüstungsliste\_Eiskletterkurs

## Bekleidung

- 2 dünnere Handschuhe (damit Karabinerhandlung möglich) + ein dickes Ersatzhandschuhpaar
- Haube (tragbar unter Helm)
- Regenjacke und Überhose, wind- und wasserdicht
- Primaloft- oder Fleecejacke + Daunenjacke
- Hoch- oder Skitourenhose (keine Pluderhose) + lange Unterhose
- warme Funktionsunterwäsche + Wechselleiberl
- 2 dicke Wandersocken
- Gamaschen

## Technische Ausrüstung normgerecht (CE-Zeichen) und modern

- Rucksack ca. 35L
- halb- oder idealerweise vollsteigeisenfeste Bergschuhe
- Klettergurt (Hüftgurt)
- Kletterhelm
- imprägniertes Kletterseil pro Seilschaft (Einfachseil 50-60 m oder 2x Halbseile)
- Steigeisen für Steileisklettern passend zum Schuhwerk (Probieren!!)
- 2 Steileisgeräte
- Eisschrauben vorzugsweise mit Kurbel + einen Eissanduhrenfädler
- 6 Expressschlingen
- 3 kleine Karabiner mit Verschlussicherung (Schrauber)
- 3 HMS-Schraubkarabiner
- Karabiner mit Dreiweg-Verschlussicherung (Petzl Ball-Lock, ...)
- 2 Karabiner ohne Verschlussicherung (Schnapper)
- Sicherungs- und Abseilgerät (z.B. ATC Guide, Reverso 4, ...)
- 2 Bandschlingen vernäht (1x60 cm und 1x120 cm Länge)
- Bandschlinge 120 cm, Mischgewebe, 16 mm breit, für Standplatz (z.B. verstellbare Standplatzschlinge)
- 3 Reepschnüre Ø 6 mm (Kurzprusik 90 cm, 3 m und 5 m)
- Messer
- LVS-Gerät, Lawinenschaufel, Sonde
- Teleskopskistöcke (mit Schneeteller)

## Allgemeines

- Mobiltelefon aufgeladen
- Trinkflasche + Thermosflasche
- Stirnlampe mit neuen Batterien
- Sonnenbrille + Sonnencreme
- Jause für tagsüber (z.B. Nüsse, Müsliriegel, Schoko,...)
- Hüttenschlafsack + Toilettenartikel
- Erste Hilfe mit Leukotape
- Zweimann-Biwaksack

## Optional (falls vorhanden)

- Schreibzeug
- Mitgliedsausweis alpiner Vereine (Naturfreunde, ÖAV, DAV, SAC)
- Kamera + Bussole + Höhenmesser
- entsprechende topographische Karte (z.B. AV-Karte) + Planzeiger
- Eiskletterführer

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

