



# Ausrüstungsliste\_Alpinklettertour\*

## Kooperation -10 %

Als Teilnehmer/in erhältst du -10 % auf alle nicht reduzierten Artikel bei unserem Partner [Alpinsportbasis](#) (Gutscheincode bekommst du nach Anmeldung zum Programm per Email!). Die verlinkten Artikel sind ausgewählte Produktbeispiele, Artikel gleicher Bauart oder anderer Hersteller sind natürlich ebenso geeignet.

## Bekleidung

- dünne Handschuhe (Karabinerhandling möglich) →
- dünne Haube (tragbar unter Helm) →
- Jacke, wind- und wasserdicht →
- Primaloft- oder Fleecejacke →
- lange dünne Berghose + lange Unterhose →
- Funktionsunterwäsche + Wechselleiberl →
- Wandersocken →

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

- Rucksack ca. 30L →
- leichte Bergschuhe mit Profilssole für den Zustieg →
- leichte Steigeisen (vorab an Bergschuh anprobieren!!) →
- leichter Pickel (Schaftlänge max. 60cm) →
- Kletterschuhe →
- Klettergurt (Hüftgurt) →
- Chalkbag (Magnesiumbeutel) →
- Kletterhelm →
- HMS-Schraubkarabiner →
- Karabiner mit Dreiweg-Verschlussicherung (Petzl Ball-Lock →, ...)
- Karabiner ohne Verschlussicherung (Schnapper) →
- Sicherungs- und Abseilgerät (z.B. ATC Guide, Reverso 4,...) →
- 2 Bandschlingen vernäht (1x60 cm und 1x120cm Länge), Mischgewebe →
- Messer →

## Allgemeines

- Mobiltelefon aufgeladen
- Trinkflasche mind. 1,5l →
- Stirnlampe mit neuen Batterien →
- Sonnenbrille → + Sonnencreme + Kapperl →
- Jause für tagsüber (z.B. Nüsse, Müsliriegel, Schoko,...) →
- Hüttenschlafsack + Toilettenartikel (bei Mehrtagestour) →
- Erste Hilfe mit Leukotape →
- genügend Bargeld

## Optional (falls vorhanden)

- Teleskopstöcke →
- Mitgliedsausweis alpiner Vereine (Naturfreunde, ÖAV, DAV, SAC) - (bei Mehrtagestour)
- Kamera

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