



Ausrüstungsliste_Eiskletterkurs

Bekleidung

- 2 dünnere Handschuhe (damit Karabinerhandling 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, 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, Sommer → oder Winter →
- genügend Bargeld

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!!!

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.