

## Ausrüstungsliste Sommer

### Grundkurs - Klettern

Pro Teilnehmer

**1 Helm** (nicht älter als 10 Jahre)

**1 Hüftgurt** (nicht älter als 10 Jahre)

2 Bandschlingen vernäht 60 cm (in verschiedenen Farben)

2 Bandschlingen vernäht 120 cm (in verschiedenen Farben)

1 Reeb schnur 6mm 100cm lang (Kurzprusik)

1 Dynemmaschlinge 8mm 60 cm lang

1 Dynemmaschlinge 8mm 30 cm lang

4 Schraubkarabiner

1 HMS Sicherungskarabiner (Am´D Ball Lock)

4 Normalkarabiner

6 Expressschlingen

1 Einfachseil max.10mm Durchmesser, 50-60m Länge (für 2 Personen 1 Stück)

1 Sicherungsgerät Reverso 3

Klemmkeile oder Friends verschiedener Größen

Kletterhammer und Felshackensortiment

1 Kletterrucksack 35 - 40 Liter

Reibungskletterschuhe (sie sollten so gut passen, dass du sie den ganzen Tag ohne Schmerzen tragen kannst.) oder leichte Kletterschuhe mit Profilsohle

Zustiegsschuhe oder leichte Wanderschuhe mit Profilsohle für Zustiege

1 Erste- Hilfe Packet für 2 Teilnehmer eines

2-Mann Biwaksack für 2 Teilnehmer einen

Haus- oder Hüttenschuhe (Sportschuhe)

Regenschutz

Leichtanorak

leichte Wollmütze

leichte Fingerhandschuhe

Kletterhose

kurze Hose

Pullover

T-Shirt

Socken

Unterwäsche (Lange Unterhose)

1 Hüttenschlafsack

1 Liter Trinkflasche

Sonnenschutz (Creme)

Sonnenbrille

Stirnlampe

Müsliriegel oder Trockenfrüchte für unterwegs auf Tour

Brausetabletten „Isostar“- Pulver für Getränke

Toilettensachen

Fotoapparat

Wanderkarte und Kletterführer vom Tourengebiet wenn vorhanden

Alpenvereinsausweis wenn vorhanden,

Die Ausrüstungsgegenstände **Fett gedruckt** können bei uns nach Absprache auch ausgeliehen werden!

