

## Ausrüstungsliste Grundkurs - Klettern

- Rucksack 25 - 35l
- Zustiegsschuhe mit Profilsohle
- Berghose
- Windstopper Jacke
- Unterwäsche und Wechselbekleidung
- leichte Fingerhandschuhe
- leichte Wollmütze
- Regen Überbekleidung (Jacke + Hose)
- Socken
- Trinkflasche ca. 1l
- Jause für zwischendurch
- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Stirnlampe
- **Hüftgurt** (nicht älter als 10 Jahre)
- **Helm** (nicht älter als 10 Jahre)
- 2 Bandschlingen vernäht 60 cm (in verschiedenen Farben)
- 2 Bandschlingen vernäht 120 cm (in verschiedenen Farben)
- 1 Reepschnur 6mm 100cm lang (Kurzprusik)
- Sicherungsgerät + Schraubkarabiner ( z.B. Petzl "Reverso 4" )
- Selbstsicherungsschlinge + Schraubkarabiner
- 1 HMS Sicherungskarabiner (z.B. Petzl „Am D Ball Lock“)
- 4 Schraubkarabiner
- 4 Normalkarabiner
- 8 Expressschlingen
- 1 Einfachseil max.10mm Durchmesser, 50-55m Länge (2 Pers. 1 Seil)
- Klemmkeile oder Friends, verschiedene Größen
- 1 Erste- Hilfe Packet für 2 Teilnehmer eines
- 2-Mann Biwaksack für 2 Teilnehmer einen
- Kletterschuhe (nicht zu klein, für schmerzfreies tragen den ganzen Tag über)

### Bei Hüttenübernachtung:

- Hüttenschlafsack
- Toilettensachen
- AV-Ausweis
- Hausschuhe
  
- Die „**FETT**“ dargestellten Ausrüstungsgegenstände können kostenlos bei uns ausgeliehen werden.
  
- Bei Beschädigung oder Verlust eines Leihgegenstandes muss der Neupreis entrichtet werden!