



## AUSRÜSTUNGLISTE EISKLETTERKURS

### BEKLEIDUNG

- steigeisenfeste bzw. bedingt steigeisenfeste Bergschuhe
- Funktionsunterwäsche + Socken
- warme Bekleidung inklusive Daunenjacke
- wasserabweisende Jacke und Hose
- warme Kopfbedeckung (Haube, Stirnband) - helmtauglich
- 2 Paar Handschuhe (1x dünn, 1x dick)
- Ersatzbekleidung zum Umziehen
- angenehme Kleidung für Theorieeinheiten und Übernachtung

### AUSRÜSTUNG

- Rucksack mit zwei Pickelbefestigungen (ca. 30-40L)
- Steigeisen mit Antistollplatte
- Kletterhelm
- Klettergurt (Hüftgurt) + 2Stk. Ice Clipper
- Teleskopstöcke (empfohlen)
- Abseilgerät (Tuber, Reverso, ...)
- 2 Steileisgeräte
- 2 neuwertige Halbseile (60m) pro Seilschaft – *nach Absprache*
- 3 HMS-Schraubkarabiner
- 2 Schraubkarabiner
- 3 Bandschlingen (1x 60cm und 2x 120cm)
- 3 Reepschnüre (1m, 3m, 5m)
- 6 Eisschrauben (16cm)
- 1 Eisschraube (19cm)
- 8 Expressschlingen pro Seilschaft
- 4 Expressschlingen verlängerbar auf 60cm pro Seilschaft
- Lawinenausrüstung (LVS-Gerät, Lawinenschaufel, Lawinensonde mind. 240cm lang)

**BERND MATLSCHWEIGER**

Lassing 101, 8903 Lassing | +43 664 20 32 607

bernd@mountainschweiger.at | www.mountainschweiger.at



## DIVERSES

- Jause und ausreichend Flüssigkeit zum Trinken (Thermosflasche empfohlen)
- Sonnenbrille
- Sonnencreme + Lippenpflege mit Sonnenschutzfaktor
- Stirnlampe
- Hüttenschlafsack (nicht erforderlich bei Kursen mit Hotelübernachtung)
- Toilettartikel + kleines Handtuch
- Bargeld
- Alpenvereins- oder Naturfreundeausweis (falls vorhanden)
- Erste-Hilfe-Paket

*Auf Anfrage können Teile der Ausrüstungen für diesen Kurs ausgeliehen werden.  
Dies muss jedoch vor dem Kurs bekanntgegeben werden.*



**BERND MATLSCHWEIGER**

Lassing 101, 8903 Lassing | +43 664 20 32 607

bernd@mountainschweiger.at | [www.mountainschweiger.at](http://www.mountainschweiger.at)