



## AUSRÜSTUNGSLISTE KLETTERSTEIGKURS

### BEKLEIDUNG

- Bergschuhe oder Zustiegsschuhe
- Kletter-/ Berghose
- warme Bekleidung (+ Daunenjacke empfohlen)
- wasserabweisende Jacke
- Klettersteig-Handschuhe!
- Stirnband/Mütze/Kappe als Wärme- bzw. Sonnenschutz
- Ersatzbekleidung zum Umziehen
- angenehme Kleidung für Theorieeinheiten und Übernachtung

### AUSRÜSTUNG

- Rucksack (ca. 20L)
- Kletterhelm
- Klettergurt (Hüftgurt)
- neuwertiges Klettersteigset
- 1 Schraubkarabiner (empfohlen)
- 1 Bandschlinge á 60cm (empfohlen)

### DIVERSES

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

*Auf Anfrage können Teile der Ausrüstungen für den 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)