



AUSRÜSTUNGSLISTE SPORTKLETTERKURS

BEKLEIDUNG

- leichte Zustiegschuhe (bei Kursen im Freien)
- Kletterschuhe
- Funktionsbekleidung zum Klettern für In- und Outdoor
- warme Bekleidung für Kurstage im Freien (Daunenjacke empfohlen)
- Stirnband/Mütze/Kappe als Wärme- bzw. Sonnenschutz
- Ersatzbekleidung zum Umziehen
- angenehme Kleidung für Theorieeinheiten und Übernachtung

AUSRÜSTUNG

- Rucksack/Seilsack
- Kletterhelm
- Klettergurt (Hüftgurt)
- Chalkbag (Magnesiumsack)
- 1 Sicherungsgerät mit halbautomatischer Blockier-Funktion (GriGri, Smart, ...)
- 1 Einfachseil (Empfehlung Outdoor: 70m) pro Seilschaft
- 12 Expressschlingen (bei Kursen im Freien) pro Seilschaft
- Sicherungsbrille (falls vorhanden)

DIVERSES

- Jause und ausreichend Flüssigkeit zum Trinken
- Sonnenbrille und Sonnencreme für Kurstage im Freien
- Toilettartikel bei Kursen mit Übernachtung
- Bargeld
- Alpenvereins- oder Naturfreundeausweis (falls vorhanden)
- Erste-Hilfe-Paket (empfohlen)

*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