



AUSRÜSTUNGSLISTE BERGSTEIGEN

BEKLEIDUNG

- Wasserabweisende Gore-Tex Jacke und Überhose
- Softshell-, Fleece- oder dünne Daunenjacke
- Berghose (keine Jeans oder Baumwollhosen!)
- atmungsaktive Ober- und Unterbekleidung
- Wechselwäsche (Socken, Unterwäsche, T-Shirt)
- feste, knöchelhohe Bergschuhe mit Profilsohle
- Wandersocken
- Handschuhe, Haube / Stirnband (der Jahreszeit angepasst)
- Sonnenbrille
- ggf. Ersatzbrille für Brillenträger

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack (ca. 25 - 30 l) mit Regenhülle
- Teleskopstöcke
- Klettergurt*
- Kletterhelm*
- Steigeisen mit Frontalzacken + Antistollplatte*
- Eispickel*
- 1 Safelock-Karabiner*

SONSTIGES

- Rucksackapotheke, Rettungsdecke, pers. Medikamente
- Mobiltelefon
- Biwaksack*
- Sonnencreme, Lipenschutz
- Trinkflasche oder Thermoskanne
- Jause für den Tag (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, usw.)
- Bargeld, Ausweis, Alpenvereinsausweis (falls vorhanden)
- Bergkostenversicherung (ÖAV, ÖAMTC, VISA, ADAC, etc.)
- Hüttenschlafsack und Hüttenschuhe
- Toilettenartikel, kleines Handtuch
- Stirnlampe

Die mit einem * gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände können für die Dauer der Tour zur Verfügung gestellt werden. Bei Bedarf bitte bei Buchung vorreservieren.