

Ausrüstungsliste - Sportklettern Alpin Level I + II

Persönliche Bekleidung / Schuhe

- Knöchelhohe Approachschuhe für Zu- und Abstieg
- Kletterhose / Tourenhose
- Anorak mit Kapuze aus Gore-Tex, eventuell Überhose
- Funktionsunterwäsche / Sportunterwäsche und Funktionsshirt
- Faserpelzjacke / Windstopper / Softshell
- Sportsocken / Klettersocken

Kletterausrüstung

- Kletterschuhe
- Hüftsitzgurt
- Einfachseil **oder** Doppelseil, Länge 50 - 60 m (pro Seilschaft)
- 1 Sicherungsgerät Petzl GRIGRI
- 1 Abseil- und Sicherungsgerät: Petzl REVERSO 4 / Black Diamond ATC-GUIDE
- 1 -2 Prusikschlingen, 6 mm Durchmesser, Länge 450 cm
- 1 Kurzprusikschlinge für Abseilsicherung, 6 mm Durchmesser
- 2 Bandschlingen 60 cm
- 2 Bandschlingen 120 cm
- 10 - 12 Expressschlingen inklusiv Karabiner (pro Seilschaft)
- 2 Schraubkarabiner
- 2 HMS-Karabiner mit Schraubverschluß
- 1 Verschlusskarabiner: Petzl AM'D mit Ball-Lock
- 4 - 6 Normalkarabiner (pro Seilschaft)
- Klemmkeile Wild Country NEW ROCKS: 1 - 10 (pro Seilschaft)
- Klemmgeräte Black Diamond CAMALOT C4: 0.3/0.5/1.0/2.0/3.0 (pro Seilschaft)
- 1 Klemmkeilentferner
- Helm

Sonstiges

- Kletterrucksack
- First Aid Kit: Persönliche Medikamente, Blasenpflaster "Compeed", Hansa- und Leukoplast, Verbandspäckchen, Mullbinde, Elastische Binde, Rettungsdecke
- Sonnenbrille
- Sonnenschutz für Haut u. Lippen (mind. LSF 30)
- Brillenträger: Ersatzbrille / Kontaktlinsen und Kontaktlinsenzubehör
- Toilettenbeutel, kleines Handtuch, Tempo-Taschentücher, Oropacks-Ohrstöpsel (nur für Hüttentouren)
- Leichter Hüttenschlafsack aus Seide
- Trink- oder Thermosflasche mind. 1 Liter
- Tourenproviant, Brausetabletten, Taschenmesser, Müllbeutel
- Stirnlampe: Petzl ACTIK / IKO CORE / SWIFT RL
- Bargeld, Devisen, EC-Karte, Kreditkarte
- Handy und Ladegerät
- Personalausweis, Führerschein, DAV-Mitgliedsausweis, Krankenversicherungskarte
- Biwaksack, Rettungsdecke
- Höhenmesser, Kompass/GPS, Gebietsführer, Topographische Karte

Empfehlung für Kletterschuhe

La Sportiva KATANA
Boreal JOKER PLUS
Boreal SILEX Velro
Scarpa FORCE V / VAPOR V

Empfehlung für Approachschuhe

Scarpa MESCALITO (Mittelgebirge)
Scarpa MESCALITO MID (Mittelgebirge)
Scarpa ZODIAC (Mittelgebirge bis Alpin)
Scarpa ZODIACH TECH (Alpin)
