

Ausrüstungsliste - Eiskurs und Spaltenbergungskurs für Hochtouren

Bekleidung / Schuhe

- Steigeisenfeste Bergschuhe, Kategorie D/C
- Gamaschen
- Tourenhose
- Anorak mit Kapuze aus Gore-Tex / eventuell Überhose
- Funktionsunterwäsche / Sportunterwäsche und Funktionsshirt
- Faserpelzjacke / Windstopperjacke / Softshell
- Sportsocken oder Sportstrümpfe
- Ersatzwäsche im wasserdichten Packbeutel
- Mütze, Gesichtsschutz, Sonnenkäppi
- Warme Fingerhandschuhe und Ersatzhandschuhe

Technische Ausrüstung

- Hüftsitzgurt
- 1 Einfachseil, Länge 40 - 50 m
- 1 Abseil- und Sicherungsgerät: Petzl REVERSO 4 / Black Diamond ATC-GUIDE
- 2 Prusikschnellen, 6 mm Durchmesser, Länge 460 cm (verschiedene Farben)
- 1 Kurzprusikschnelle, 6 mm Durchmesser, Länge 100 cm / 1 Seilklemme: Petzl TIBLOC
- 1 Bandschnelle 60 cm
- 1 Bandschnelle 120 cm
- 2 Schraubkarabiner
- 1 HMS-Karabiner mit Schraubverschluss
- 1 Verschlusskarabiner: Petzl AM'D mit Ball-Lock
- 1 Schraubkarabiner: Petzl OK (für die Verwendung einer Seilrolle)
- 3 Normalkarabiner
- 1 - 2 Expressschnelle inklusiv Karabiner
- 1 Seilrolle: Petzl PARTNER / MINI
- 1 Seilrolle mit Rücklauf Sperre: Petzl MICRO TRAXION (optional)
- 1 Taschenmesser / Messer Petzl SPATHA (optional)
- 2 Eisschrauben, 17 - 22 cm: Black Diamond oder Petzl
- 1 Eispickel, Länge ca. 52 - 65 cm und Steigeisenbeutel
- 1 Paar 12-Zack-Steigeisen mit Antisnow-Platte
- Helm
- 1 Paar Teleskopstöcke, 3-fach faltbar (optional)

Sonstiges

- Rucksack ca. 35 - 40 Liter
- First Aid Kit: Persönliche Medikamente, Blasenpflaster "Compeed", Hansa- und Leukoplast, Verbandspäckchen, Mullbinde, Elastische Binde, Rettungsdecke
- Sonnenschutz für Haut u. Lippen (mind. LSF 30)
- Sonnenbrille, Brillenträger: Ersatzbrille / Kontaktlinsen und Kontaktlinsenzubehör
- Toilettenbeutel, kleines Handtuch, Tempo-Taschentücher, Oropacks-Ohrstöpsel
- Leichter Hüttenschlafsack aus Seide
- Trink- oder Thermosflasche mind. 1 Liter
- Tourenproviant, Mineral-Brausetabletten, Taschenmesser
- 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