

Ausrüstungsliste - Kletterführungen

Bekleidung / Schuhe

- Für Zu- und Abstieg, knöchelhohe Approachschuhe, Empfehlung: Scarpa ASCENT PRO GTX
- Für Gletscherzustiege bedingt steigeisenfeste Bergschuhe, Empfehlung: Scarpa REBEL GTX oder TRIOLET PRO GTX
- Anorak mit Kapuze aus Gore-Tex, eventuell Überhose
- Kletterhose / Tourenhose
- Funktionsunterwäsche / Sportunterwäsche und Funktionsshirt
- Faserpelzjacke / Windstopper / Softshell
- Sportsocken
- Mütze und Fingerhandschuhe
- Ersatzwäsche im wasserdichten Packbeutel

Kletterausrüstung / Leihhausrüstung *

- Kletterschuhe
- Hüftsitzgurt
- Einfachseil **oder** Doppelseil, Länge 50-60 m *
- 1 Abseil- und Sicherungsgerät, Tube mit Platefunktion, Empfehlung: Petzl REVERSO 4, Black Diamond ATC-GUIDE
- 1 Abseilachter (nur wenn vorhanden)
- 1 Prusikschlinge, Kernmantel 6 mm, Länge 450 cm
- 1 Kurzprusikschlinge für Abseilsicherung, Länge 100 cm, Kernmantel 6 mm
- 1 Bandschlinge vernäht, Länge 60 cm
- 1 Bandschlinge vernäht, Länge 120 cm
- 2 Expressschlingen inklusiv Karabiner *
- 1-2 HMS-Karabiner mit Schraubverschluss
- 1-2 Schraubkarabiner
- 2 Normalkarabiner
- 1 Klemmkeilentferner
- Helm mit Stirnlampenbefestigung

Zusatzausrüstung bei Gletscherzustiegen

- 1 Paar Leichtsteigeisen, 10 Zacken mit Anti-Stoll-System + Steigeisenbeutel + Leichtpickel

Sonstiges / Leihhausrüstung *

- Kletterrucksack, Empfehlung: Deuter PACE
- Kleine Apotheke: Persönliche Medikamente (Aspirin C), Blasenpflaster "Compeed", Hansa- und Leukoplast, Verbandspäckchen, Mullbinde, Elastische Binde, Alu-Rettungsdecke
- Sonnenbrille
- Sonnenschutz für Haut und Lippen (mind. LSF 20)
- Brillenträger: Ersatzbrille und / oder Kontaktlinsen und Kontaktlinsenzubehör
- Toilettenbeutel, kleines Handtuch, Tempo-Taschentücher, Oropacks-Ohrstöpsel (für Hüttentouren)
- Leichter Hüttenschlafsack aus Seide, Empfehlung: Cocoon EXPEDITION LINER ca. 130 g
- Trinkflasche mind. 1 Liter
- Tourenproviant, Brausetabletten (Magnesium, Calcium, Eisen, Zink), Taschenmesser
- Stirnlampe, Empfehlung: Petzl MYO
- Bargeld, Devisen, EC-Karte, Kreditkarte
- Personalausweis, Führerschein, DAV-Ausweis, Krankenversicherungskarte
- Handy und Ladegerät
- Biwaksack *
- Zeckenkarte von mosquito (je nach Jahreszeit, Gebiet und Höhenlage)
- Höhenmesser, Kompass, Gebietsführer und Topographische Karte *

Empfehlung für Kletterschuhe

La Sportiva KATANA
Boreal JOKER PLUS
Boreal SILEX Velro

Empfehlung für Approachschuhe

Scarpa ZEN PRO (Mittelgebirge)
Scarpa ZODIAC (Mittelgebirge bis Alpin)
Scarpa ASCENT PRO GTX (Alpin)
