



Ausrüstungsliste Grundkurs Bergsteigen

Firn und Klettersteig

Ausrüstung:

- Alpintauglicher Rucksack
- Feste Bergschuhe mit Profilsohle (steigeisenfest)
- Steigeisen und Pickel
- Tourenstöcke mit Schneeteller empfohlen
- Klettergurt (keine konventionelle Brust-Sitzgurt-Kombinationen. Gurt muss gut angepasst sein und genügend Bewegungsfreiheit, auch bei entsprechender Kleidung, gewährleisten).
- Klettersteigset in Y-Form mit je zwei Klettersteigkarabiner. Bitte die zahlreichen Rückrufaktionen der jeweiligen Hersteller beachten!
- Kletterhelm
- 2 HMS Karabiner, 2 normale Schraubkarabiner
- 3 Reepschnüre (1,5 m, 3 m, 5 m, Durchmesser: 6 mm)
- 2 Bandschlingen 60 cm Länge
- 2-Personen Biwak-Sack, Erste Hilfe Ausrüstung, Rettungsdecke
- Gamaschen
- Tourenbekleidung für das Hochgebirge (Pullover, Anorak (Hardshell), Fäustlinge, Haube, Gamaschen, Überhose), Sonnenbrille, Sonnenschutzmittel
- Taschen-oder Stirnlampe, Tourenproviant, Trinkflasche
- Hüttenschlafsack, Hüttenpatschen, Schreibzeug, Naturfreunde Mitgliedskarte

Falls vorhanden:

- Sonde und Lawinenschaufel
- Höhenmesser, Bussole
- USB-Stick für Unterlagen und Fototausch
- AV-Karte Dachsteingebiet 1:25 000