

BEKLEIDUNG

- Kletterhose
- Winddichte / Wasserabweisende Jacke
- Isolationsjacke (Daune, Primaloft,...)
- Warme Kleidung (Zwiebelschalenprinzip)
- Wechselwäsche
- 1 Paar Handschuhe
- Haube/Stirnband
- Sonnenbrille
- Ersatzbrille für Brillenträger
- Schuhe für den Zustieg
- Kletterschuhe

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack ca. 25l
- *Kletterhelm
- *Klettergurt
- Stirnlampe
- Magnesiumbeutel + Magnesium

DIVERSES

- Sonnencreme, Lippenchutz
- Trinkflasche (mindestens 1 Liter)
- Snack für den Tag (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, usw.)
- evtl. Fotoapparat
- Persönliche Medikamente
- Mobiltelefon
- Bargeld/Ausweis ID

Wenn Leihrüstung benötigt wird, bitte im Vorfeld angeben.