

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. 30 Liter
- *Kletterhelm
- *Klettergurt
- *min. 6 Stk. Expressschlingen
- * Einfachseil min. 60 Meter pro Seilschaft (2 Personen) ideal mit Seilsack
- *2 Stk. HMS-Schraubkarabiner oder Safelock-Karabiner
- *1 Stk kurze Bandschlinge (60cm)
- *1 Stk. Sicherungsgerät Halbautomat oder Tuber (z.B. Salewa Ergo Belay)
- Magnesiumbeutel + Magnesium

*Kann kostenlos ausgeliehen werden.

DIVERSES

- Sonnencreme, Lippenchutz
- Trinkflasche (mindestens 1 Liter)
- Snack für den Tag (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, usw.)
- evtl. Fotoapparat
- Persönliche Medikamente
- Erste Hilfe Päckchen (paarweise)
- Mobiltelefon
- Bargeld/ Alpenvereinsausweis wenn vorhanden und ID
(falls wir bei Schlechtwetter in die Kletterhalle ausweichen müssen)

Wenn Leihrüstung benötigt wird, bitte im Vorfeld erwähnen.