

## BEKLEIDUNG

- Tourenhose
- Gamaschen
- Winddichte / Wasserabweisende Jacke und Überhose
- Isolationsjacke (Daune, Primaloft,...)
- Warme Kleidung (Zwiebelschalenprinzip)
- Wechselwäsche
- 2 Paar Handschuhe (1 x Dünn ideal mit Lederhandflächen für guten Halt & 1 x Dick wenn es kalt wird)
- Haube/Stirnband
- Sonnenbrille
- Ersatzbrille für Brillenträger
- Steigeisenfeste Bergschuhe

## TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack ca. 35l mit Pickelbefestigung für 2 Eisgeräte
- Evtl. Teleskopstöcke
- \*Kletterhelm
- \*Klettergurt
- \*Steigeisen für Steileis
- \*1 Paar Steileisgeräte
- \*6 Stk. Expressschlingen
- \*\*2 Stk. 50m – 60m Halbseil pro Seilschaft (idealerweise voll imprägniert)
- \*5 Stk. HMS-Schraubkarabiner
- \*2 Stk. lange Bandschlingen (120cm)
- \*3 Stk. Reepschnur min. 5mm (1m, 3m, 5m) idealerweise aus Polyethylen
- \*1 Stk. Abseilgerät (zB. Petzl Reverso)
- \*Eissanduhrfädler
- 6 Stk. Eisschraube 16 - 21cm lang
- Befestigungskarabiner für Eisschrauben (z.B.: Petzl Carrytool)
- Stirnlampe
- Messer

\* Kann kostenlos ausgeliehen werden.

\*\* Kann für € 5,- /pro Tag geliehen werden.

## DIVERSES

- Sonnencreme, Lippenchutz
- Thermosflasche (mindestens 1 Liter)
- Snack für den Tag (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, usw.)
- ev. Fotoapparat
- Persönliche Medikamente
- Erste Hilfe Päckchen evtl. mit Blasenpflaster (paarweise)
- Mobiltelefon
- Bargeld/Ausweis ID
- Toilettenartikel

Wenn Leihausrüstung benötigt wird, bitte im Vorfeld erwähnen.