



STEFAN LEITNER
Staatl. geprüfter Berg-und Skiführer
8952 Irdning/ Klostergasse 11
AUSTRIA
Mobil: +43 (0) 676 33 42 65 9
Email: info@berggfuehl.at
www.berggfuehl.at

Ausrüstungsliste - Alpinklettern

Bekleidung:

- Gore Tex Jacke (dünne Überjacke)
- Lange, dünne Kletterhose
- Soft Shell Jacke oder Fleecejacke
- Dünne Mütze und dünne Handschuhe

Technische Ausrüstung:

- Rucksack ca. 30l
- Knöchelhohe Bergschuhe für den Zustieg
- Reibungskletterschuhe
- Klettergurt (Hüftgurt)*
- Steinschlaghelm*
- 2 HMS-Schraubkarabiner*
- 3 Bandschlingen (Polyamid, 1 x 60 cm, 2 x 120 cm)*
- Abseilgerät (Bsp. ATC-Guide)*

Diverses:

- Sonnenbrille, Sonnencreme
- Trinkflasche und evtl. Brausetabletten
- LED Stirnlampe mit neuen Batterien
- SAC, DAV, ÖAV Ausweise (wenn vorhanden)
- Erste Hilfe Set
- Mobiltelefon
- Jause für unterwegs z.B. Müsliriegel, Schokolade☺, Vollkornbrot....

***Kann kostenlos ausgeliehen werden**