



### **Bekleidung**

- ✓ Kletterhose Soft Shell
- ✓ T-shirt + wechsel shirt
- ✓ Fleecepullover oder Jacke
- ✓ leichte Daunenjacke
- ✓ Jacke, wind- und wasserdicht (z.B.: Gore Tex)
- ✓ Haube + Handschuhe (dünne & ev. warme)
- ✓ Kappe, Buff,

### **Technische Ausrüstung** modern, normgerecht (CE- Zeichen)

- ✓ 25 – 40l Rucksack ev. mit Rucksackregenschutz
- ✓ Halbsteigeisenfeste oder Steigeisenfeste Bergschuhe
- ✓ \*passende Steigeisen mit Antistollplatte
- ✓ \*1x Pickel leicht
- ✓ \*Hüftgurt
- ✓ \*Klettersteig Set
- ✓ \*Steinschlaghelm
- ✓ \*1 HMS Karabiner
- ✓ Verbandspaket

### **Allgemeines**

- ✓ Sonnenschutz (Brille, Kappe, Sonnencreme+ Lipstick)
- ✓ Jause, Snack, Müsli- Schokoriegel
- ✓ Getränk min. 1,5 l
- ✓ LED Stirnlampe mit guten Akkus/ Batterien
- ✓ Mitgliederausweise Alpine Vereine
- ✓ Mobiltelefon(Für Notfallverständigung: 140 Bergrettung oder 112 internationaler Notruf auch ohne Pin in alle Netze)

\*Kann kostenlos geliehen werden. Leihmaterial bitte bei Buchung anfragen.