

Ausrüstungsliste Aufbaukurs Klettern Mittelgebirge

Liste 3

Folgende Ausrüstung wird benötigt (Bergsportausrüstung mit CE-Zeichen):

- Einfachseil (60 m) pro 2 Teilnehmer, wird von der Sektion gestellt
- Hüftgurt
- 3 HMS-Karabiner
- Autotube oder Halbautomat als Sicherungsgerät (bei versierter, fehlerfreier Handhabung auch ATC- oder Tube-Sicherungsgerät)
- **2 Normalkarabiner**
- Bandschlinge vernäht 60 cm Nutzlänge
- Bandschlinge vernäht 120 cm Nutzlänge
- Reepschnur 70 cm einfach Ø 5 mm
- Reepschnur 400 cm einfach Ø 5 mm
- **5 Express-Schlingen**
- **Steinschlaghelm**
- Klemmkeile
- Friends (falls vorhanden)
- Kletterschuhe
- Leichtberg- oder Trekkingschuhe Kategorie A/B
- Trinkflasche
- Der Witterung angepasste Kleidung (Zwiebelschalenprinzip)
- Regendichte Kleidung
- Kopfbedeckung (Sonnenhut und Mütze)
- Sonnenbrille
- Sonnencreme und Lippenstift (hoher Lichtschutzfaktor).
- Erste-Hilfe-Set
- **Stirnlampe oder kleine Taschenlampe mit Batterien**
- Schreibzeug

Bei Übernachtung auf Hütten:

- Hüttenschlafsack
- Badelatschen /Haus- oder Hüttenschuhe
- Waschzeug (Handtuch, Waschlappen, Seife, Zahnpflege usw.
- Ohropax

Die **fettgedruckten** Ausrüstungsgegenstände können auf der Geschäftsstelle reserviert und ausgeliehen werden. **Bitte Hinweise zur Ausrüstung im Kursanschreiben beachten !!!**
Falls zusätzliche oder weniger Ausrüstung benötigt wird, erfahren Sie dies von Ihrem Kursleiter.