

## Ausrüstungscheckliste für Felsklettertouren

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Feste Bergschuhe                     | <input type="checkbox"/> Tagesrucksack (ca. 30-40 L)      |
| <input type="checkbox"/> Kletterschuhe                        | <input type="checkbox"/> Rucksackhülle                    |
| <input type="checkbox"/> Tourenhose                           | <input type="checkbox"/> Hydropack                        |
| <input type="checkbox"/> Überhose Gore Tex oder ähnlich       | oder Trinkflasche   |
| <input type="checkbox"/> Anorak Gore Tex oder ähnlich         | <input type="checkbox"/> Sonnen- oder Gletscherbrille     |
| <input type="checkbox"/> Fleecejacke oder Softshell           | <input type="checkbox"/> Rettungsdecke                    |
| <input type="checkbox"/> T - Shirt's oder Hemden              | <input type="checkbox"/> 1 Biwaksack für je 2 Personen    |
| <input type="checkbox"/> Unterhemden                          | <input type="checkbox"/> Hüttenschlafsack                 |
| <input type="checkbox"/> normale Unterhosen                   | <input type="checkbox"/> Hüttenschuhe                     |
| <input type="checkbox"/> Bergstrümpfe                         | <input type="checkbox"/> Waschset                         |
| <input type="checkbox"/> Woll- oder Fleece-mütze              | <input type="checkbox"/> Handtuch                         |
| <input type="checkbox"/> Kappe od. Mütze als Sonnenschutz     | <input type="checkbox"/> Stirnlampe                       |
| <input type="checkbox"/> Fleece-Handschuhe                    | <input type="checkbox"/> Sonnenschutzmittel               |
| <input type="checkbox"/> Einfach- oder Halbseile              | (Haut und Lippen)   |
| <input type="checkbox"/> Hüftsitzgurt                         | <input type="checkbox"/> Fotoapparat                      |
| <input type="checkbox"/> (event. Brustgurt m. Einbindeschnur) | <input type="checkbox"/> Karten und Führer                |
| <input type="checkbox"/> 3 HMS Karabiner                      | <input type="checkbox"/> Handy                            |
| <input type="checkbox"/> Bandschlingen (2 x 1,2m, 1 x 0,6m)   | <input type="checkbox"/> Höhenmesser                      |
| <input type="checkbox"/> Standplatzschlinge                   | <input type="checkbox"/> Ausweise u. Geld (Landeswährung) |
| <input type="checkbox"/> 3 Prusikschlingen 5 mm $\emptyset$   | (DAV u. Personalausweis)                                  |
| (1 x 90cm, 1 x 2m, 1 x 4m)                                    | <input type="checkbox"/> persönliche Apotheke             |
| <input type="checkbox"/> Steinschlaghelm                      | <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe-Pack                 |
| <input type="checkbox"/> 4-5 Expressschlingen                 | <input type="checkbox"/> <u>Verpflegung (Beispiele):</u>  |
| mit 2 Karabiner   | Salami  |
| <input type="checkbox"/> Abseilgerät (z.B. Achter od. Tube)   | Schokolade  |
| <input type="checkbox"/> kleines Sortiment Klemmkeile         | Müsliriegel, Powerbar                                     |
| <input type="checkbox"/> kleines Sortiment Friends            | Studentenfutter   |
| <input type="checkbox"/> (eventuell Felshaken)                | Mineral Tabletten   |
| <input type="checkbox"/> (eventuell Felshammer)               | Magnesium Tabletten                                       |