

Ausrüstungscheckliste für Klettersteigtouren

- | | | | |
|--------------------------|--|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | Feste Bergschuhe | <input type="checkbox"/> | Sonnen- oder Gletscherbrille |
| <input type="checkbox"/> | Tourenhose | <input type="checkbox"/> | Rettungsdecke |
| <input type="checkbox"/> | Überhose Gore Tex oder ähnlich | <input type="checkbox"/> | 1 Biwaksack für je 2 Personen |
| <input type="checkbox"/> | Anorak Gore Tex oder ähnlich | <input type="checkbox"/> | Hüttenschlafsack |
| <input type="checkbox"/> | Fleecejacke oder Softshell | <input type="checkbox"/> | Hüttenschuhe |
| <input type="checkbox"/> | T - Shirt's oder Hemden | <input type="checkbox"/> | Waschset |
| <input type="checkbox"/> | Unterhemden | <input type="checkbox"/> | Handtuch |
| <input type="checkbox"/> | normale Unterhosen | <input type="checkbox"/> | Stirnlampe |
| <input type="checkbox"/> | Bergstrümpfe | <input type="checkbox"/> | Sonnenschutzmittel
(Haut und Lippen) |
| <input type="checkbox"/> | Woll- oder Fleecemütze | <input type="checkbox"/> | Fotoapparat |
| <input type="checkbox"/> | Kappe od. Mütze als Sonnenschutz | <input type="checkbox"/> | Karten und Führer |
| <input type="checkbox"/> | Klettersteig-Handschuhe
(Stahlseile!) | <input type="checkbox"/> | Handy |
| <input type="checkbox"/> | Klettersteigset mit „Y-Weiche“ und
Klettersteigbremse | <input type="checkbox"/> | Höhenmesser |
| <input type="checkbox"/> | Hüftsitzgurt | <input type="checkbox"/> | Ausweise u. Geld (Landeswährung)
(DAV u. Personalausweis) |
| <input type="checkbox"/> | (event. Brustgurt m. Einbindeschnur) | <input type="checkbox"/> | persönliche Apotheke |
| <input type="checkbox"/> | 1 HMS Karabiner | <input type="checkbox"/> | Erste-Hilfe-Pack |
| <input type="checkbox"/> | 1 Bandschlinge 1,2 m | <input type="checkbox"/> | <u>Verpflegung (Beispiele):</u> |
| <input type="checkbox"/> | Steinschlaghelm | | Salami |
| <input type="checkbox"/> | 1 Expressschlinge mit 2 Karabinern | | Schokolade |
| <input type="checkbox"/> | Tagesrucksack (ca. 30 L) | | Müsliriegel, Powerbar |
| <input type="checkbox"/> | Rucksackhülle | | Studentenfutter |
| <input type="checkbox"/> | Hydropack | | Mineral Tabletten |
| | oder Trinkflasche | | Magnesium Tabletten |