



Ausrüstungsliste Glockner Normalweg

Bekleidung für Sonnenschein und Regen/Schneefall

- wasserabweisende Gore-Tex Jacke und Überhose
- Daunen- oder Primaloft-Jacke
- Fleece- oder Softshell-Jacke
- dünnere, winddichte Hochtourenhose
- Gamaschen
- Funktionsunterwäsche
- Wechselkleidung
- Haube (tragbar unter Helm), Stirnband, Kapperl (Sonnenschutz)
- Handschuhe (1 Paar dick und 1 Paar dünn)
- steigeisenfeste Schuhe oder bedingt steigeisenfest

Hardware zum Klettern

- Rucksack (ca. 30 Liter mit Pickelhalterung)
- *Kletterhelm*
- *Klettergurt (Sitzgurt)*
- *Pickel*
- *Steigeisen mit Antistollplatte*
- *1 Stk. Safelock-Karabiner (Ball Lock oder Sm´D Twist-Lock)*
- *1 Stk. HMS-Schraubkarabiner*
- *Eisschraube 19cm*
- Erste Hilfe Set (wenn vorhanden – kleiner Biwaksack)
- eventuell faltbare Wanderstöcke für Zu- und Abstieg

Allgemeines

- Sonnenbrille
- Sonnencreme / Lippenbalsam mit hohem Sonnenschutzfaktor
- Trinkflasche/Thermosflasche (min. 1 Liter)
- kleine Stirnlampe
- Mobiltelefon
- Kamera (optional)
- Bargeld
- kleine Jause (Riegel, Brot, Datteln, ...)
- Mitgliedsausweis alpiner Vereine (Alpenverein, Naturfreunde, SAC...)
- Hüttenschlafsack und kleines Handtuch mit Toilette-Tasche

**diese Ausrüstungsgegenstände kannst du kostenfrei von uns ausleihen.*

Bitte 5 Tage vor Tour-/Kursbeginn Info an uns, was benötigt wird.

DI Christoph Schwaiger
Staatlich geprüfter Berg- & Skiführer

📍 Wörschachberg 57
8942 Wörschach
☎ +43 664 1031974
✉ bergfuehrerennstal@gmail.com



Thomas Stanzinger
Staatlich geprüfter Berg- & Skiführer

📍 Dorfstraße 165
8940 Weißenbach bei Liezen
☎ +43 660 1605790
✉ thomas.stanzinger@gmail.com