



# BERGFÜHRER ENNSTAL

## Ausrüstungsliste Hochtausing über Tonisteig

### Bekleidung für Sonnenschein und Regen

- wasserabweisende Gore-Tex Jacke
- Daunen- oder Primaloft-Jacke
- Fleece- oder Softshell-Jacke
- lange Wander- oder Kletterhose
- Klettershirt und Wechselshirt
- Haube/Stirnband, Kappe (Sonnenschutz)
- Handschuhe 1 Paar dünn (oder Klettersteighandschuhe)
- Zustiegsschuhe oder leichte Bergschuhe

### Hardware zum Klettern

- kleiner, kompakter Rucksack (ca. 15-20 Liter)
- *Kletterhelm*
- *Klettergurt (Sitzgurt)*
- *modernes Klettersteigset*
- *1 Stk. Safelock-Karabiner (Ball Lock oder Sm'D Twist-Lock)*
- *1 Stk. HMS-Schraubkarabiner*
- Erste Hilfe Set (wenn vorhanden – kleiner Biwaksack)
- eventuell faltbare Wanderstöcke für Zu- und Abstieg

### Allgemeines

- Sonnenbrille
- Sonnencreme mit hohem Sonnenschutzfaktor
- Trinkflasche ( 1 Liter)
- Mobiltelefon
- Kamera (optional)
- Bargeld
- kleine Jause (Riegel, Brot, Datteln, ...)

*\*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

① Wörschachberg 57  
8942 Wörschach  
+43 664 1031974  
bergfuehrerennstal@gmail.com



Thomas Stanzinger  
Staatlich geprüfter Berg- & Skiführer

① Dorfstraße 165  
8940 Weißenbach bei Liezen  
+43 660 1605790  
thomas.stanzinger@gmail.com