



BERGFÜHRER ENNSTAL

Ausrüstungsliste Alpinklettern

Bekleidung für Sonnenschein und Regen

- wasserabweisende Gore-Tex Jacke
- Daunen- oder Primaloft-Jacke
- Fleece- oder Softshell-Jacke
- lange Kletterhose, kurze Hose
- Klettershirt und Wechselshirt
- Haube/Stirnband (tragbar unter Helm), Kappe (Sonnenschutz)
- Handschuhe (1 Paar dünn)
- Zustiegsschuhe
- Kletterschuhe
- Magnesiumbeutel

Hardware zum Klettern

- kleiner, kompakter Rucksack (ca. 20 Liter)
- *Kletterhelm*
- *Klettergurt (Hüftgurt)*
- *6 Stk. HMS-Schraubkarabiner*
- *1x Tuber (z.B.: Petzl Reverso, ATC-Guide)*
- *2x 120cm Bandschlingen und 1x 60cm Bandschlinge*
- *Reepschnüre (Ø5-6mm) in den Längen 60cm/3m/5m aus Dyneema oder Kevlar*
- Erste Hilfe Set (wenn vorhanden – kleiner Biwaksack)
- eventuell faltbare Wanderstöcke für Zu- und Abstieg

Allgemeines

- Sonnenbrille
- Sonnencreme / Lippenbalsam mit hohem Sonnenschutzfaktor
- Trinkflasche (min. 1 Liter - tourenabhängig)
- kleine Stirnlampe
- 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