BERGFÜHRER ENNSTAL

Ausrüstungsliste Hochtausing über Tonisteig

Bekleidung für Sonnenschein und Regen

- wasserabweisende Gore-Tex Jacke
- Wander- oder Kletterhose
- warme Jacke (Primaloft, Daune oder Fleece)
- Wechselkleidung
- dünne Mütze, Kapperl (Sonnenschutz)
- Handschuhe (1 Paar – dünn) oder Klettersteighandschuhe
- Bergschuhe oder Zustiegsschuhe

Hardware zum Klettern

- kleiner, kompakter Rucksack (25 - 30 Liter)
- *Kletterhelm*
- *Klettergurt (Hüftgurt)*
- *Klettersteigset*
- Erste Hilfe Set
- eventuell Wanderstöcke (3-teilig!!!) für Zu- und Abstieg

Diverses oder was man sonst noch brauchen könnte

- Sonnenbrille
- Sonnencreme / Lippenbalsam mit hohem Sonnenschutzfaktor
- Trinkflasche/Thermosflasche (min. 1 Liter)
- Mobiltelefon
- Kamera (optional)
- Proviant für unterwegs (Riegel, Nüsse, Obst)

**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