

## **Ausrüstungsempfehlung Alpiner Basiskurs\***

### **1. Jeder persönlich**

- Rucksack ca. 40/ 45 Liter
- Bergschuhe (wasserdicht)
- Eispickel
- Kletterhelm
- Klettergurt
- Klettersteigset
- 1 Reepschnur 5-6mm (ca. 1 Meter)

### **2. Weitere Ausrüstung**

- Biwaksack pro 2 Teilnehmer

### **3. Bekleidung**

- Regen- und Wärmebekleidung
- Regenüberhose
- Handschuhe
- Wandersocken
- Mütze

### **4. Sonstige**

- Sonnencreme
- Sonnenbrille (Pflicht, da wir auf Schneefeldern unterwegs sind!)
- Stirnlampe für die Hütte
- Kartenkompass/ Bussole
- Erste Hilfe Set
- evtl. Gamaschen
- Hüttenschlafsack
- Waschzeug
- Wechselwäsche
- Schreibzeug
- AV-Ausweis
- Geld

### **5. Verpflegung**

- Müsliriegel, Trockenobst o.ä., für die Tour
- Trinken: mind. 1,0 besser 2,0l Flasche
- Thermoskanne

### **6. Wer hat**

- DAV Planzeiger
- Höhenmesser
- Karte (aus dem Gebiet)
- Wanderstöcke

## **WICHTIG**

\*Bei dieser Ausrüstungsliste handelt es sich um eine Empfehlung! Die erforderliche Ausrüstung ist **IMMER bei der Vorbesprechung bzw. rechtzeitig mit den jeweiligen Tourenleitern abzustimmen**, so dass erforderliches Material, das nicht im Verleih der Sektion ist, erworben werden kann (z. B. Prusikschnur für wenig Geld im Fachhandel erhältlich).

**Die Geschäftsstelle übernimmt keine Garantie für die Vollständigkeit und Aktualität.**