

Ausrüstungsliste

Technische Ausrüstung

- Rucksack (ca. 40 Liter, mit Pickelbefestigung)
- Warme, steigeisenfeste Bergschuhe
- Steinschlaghelm
- Klettergurt (4 Materialschlaufen, 2 Eisclipper für Eisschrauben)
- 3 Reepschnüre / Längen: 1m, 3m, 5m
Durchmesser: 5mm Dyneema/ Aramid (empfohlen)
- 3 Bandschlingen (vernäht, 1 x Durchmesser 60cm und 2 x 120cm)
- 5 HMS-Schraubkarabiner
- 8 Eisschrauben (6 x ca. 16cm und 2x ca. 19cm, mit Kurbel)
- Eissanduhrfädler
- 2 Halbseilstücke für Eisuhren (ca. 1,7 m) – falls vorhanden!
- Stahlsteigeisen mit Kipphebel und Antistollplatte (angepasst)
- Skistöcke (längenverstellbar) – falls vorhanden!
- 4 verlängerbare Expressschlingen (60cm) mit Drahtschnapper
- 4 Expressschlingen mit Drahtschnapper
- Sicherungsgerät „Tuber mit Platefunktion“ (ATC-Guide, Reverso ...)
- 2 Steileisgeräte (evt. mit Ersatzhauen)
- Feilen/Schleifstein zum Schärfen der Hauen
- Zwei neuwertige Halbseilstränge (60 m) pro Seilschaft, imprägniert
- Ein Einfachseil (min. 50m) pro 2er Seilschaft
- Empfehlung: Petzl CONNECT AJUST Selbstsicherungsschlinge
EDELRID Verstellbare Standplatzschlinge

Orientierung

- Alpenvereins-, Kompass- oder ÖK Karte vom Gebiet
- Gebietsführer oder alpenvereinaktiv Tourenbeschreibungen
- Höhenmesseruhr
- Smartphone mit installierter alpenvereinaktiv APP
 - Promitgliedschaft (Test-, Monat- oder Jahresabo)
 - Topokarte vom Kursgebiet offline gespeichert

Notfall-Ausrüstung

- LVS- Gerät (3 Antennengerät mit neuen Batterien)
- Lawinenschaufel (aus Metall)
- Lawinsonde (mind. 240 cm lang)
- Stabiler Biwaksack (für 2 Personen)

- Kleines Erste-Hilfe Paket zum Mitnehmen am Gurt
Inkl. Israeli Bandage, Klettartape und Rettungsdecke
- Stirnlampe (mit Reservebatterien)
- Taschenmesser/ Multifunktionswerkzeug

Bekleidung

- Funktionsunterwäsche (Synthetik oder Wolle)
- Reserveunterwäsche
- Socken, Reservesocken
- Pullover/ Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Softshellhose zum Klettern
- Gamaschen
- Anorak und Überhose (wasser-/winddicht, z.B. Gore Tex)
- leichte Daunen- oder Primaloftjacke mit kleinem Packsack
- dicke Daunenjacke
- Mütze (helmtauglich)
- dünne Handschuhe zum Klettern
- warme Handschuhe am Stand

Proviant

- Trink-/ Thermosflasche
- Zusätzliche Tourenverpflegung nach Belieben (Riegel, Nüsse)

Sonnenschutz

- Sonnenbrille (hochwertiges Glas)
- Sonnenhut/ Buff/ Schildkappe
- Sonnenschutzcreme (mind. Faktor 30)/Lippenschutz

Übernachtung

- Waschzeug
- Hüttenschlafsack (nicht erforderlich bei Kursen mit Hotel oder Gasthofübernachtung)
- Hüttenschuhe
- Ohrenstöpsel
- ÖAV-Ausweis
- Bargeld

Eventuell

- Fotoapparat
- Fernglas