



Ausrüstungsliste - EISKLETTERKURS

für geführte Eistouren und Eiskletterkurse

Bekleidung

- Wasserabweisende Gore Tex Jacke und Überhose
- Hochtouren- oder Schitourenhose
- Soft Shell Jacke oder Fleecejacke
- Mütze und Handschuhe (1x dünn, 1 x warm) in doppelter Ausführung
- Funktionsunterwäsche (lang)
- 2 x dicke Wandersocken
- evtl. Gamaschen

Technische Ausrüstung

- Rucksack ca. 30-35l
- Voll steigeisefeste Bergschuhe
- * Steigeisen für Steileisklettern
- * Steileisgeräte
- * Eisschrauben (6 Stk.)
- * Eisuhrfädler, Kevlar-Reepschnüre (6 mm Durchmesser; Längen: 2 x 1 m, 2 x 3 m)
- * Steinschlaghelm, Klettergurt, 4 HMS-Schraubkarabiner
- * 3 Expressschlingen, Bandschlingen (Polyamid, 2 x 60 cm bzw. 2 x 120 cm)
- * Abseilgerät (Bsp. ATC-Guide), 2 x Doppelseil (50-60 m)
- > wenn vorhanden bitte die eigene Ausrüstung mitnehmen!

Diverses

- sehr helle Sonnenbrille
- Trinkflasche, Thermosflasche
- LED Stimplampe mit neuen Batterien
- wenn vorhanden Leatherman-Tool
- Erste Hilfe Set mit Leukotape
- wenn vorhanden Bivaksack, Mobiltelefon

Verpflegung

- Als Zwischenverpflegung neben der Halbpension am Berg sollten sie Essen mitnehmen das sie auch bei Anstrengung mögen!
- Bsp: Dörrobst, Schokolade, Käse, Vollkornbrot etc.

*** diese Ausrüstungsgegenstände können kostenfrei geliehen werden!**

Alpinschule ALPINSTIL | Mag. Jürgen Reinmüller

Steinfeldsiedlung 418, 8911 Admont (AUT)

Bankverbindung: Raiffeisenbank - BLZ 38001 - Konto 99.663

IBAN: AT923800100000099663 | BIC-SWIFT-CODE: RZSTAT2G001

office@alpinstil.at | Fon: + 43 (0) 664/8633789

www.alpinstil.at