

# Ausrüstungsliste

## 1. Alpine Grundausrüstung

- Angepasste Kleidung je nach Jahreszeit und Wetteraussichten von der kurzen Hose und Sonnenhut bis zu Daunenanorak, Walkfäustlingen und Sturmhaube;
- Wetterschutzkleidung (Regenjacke, Überhose);
- Proviant;
- genügend zu trinken;
- Erste-Hilfe-Material und Handy;
- Biwaksack/Rettungsdecke;
- Wäsche zum Wechseln;
- Sonnenschutz (Brille, Creme, Lippensalbe)
- evtl. Fotoapparat;
- evtl. Teleskopstöcke;
- gute topografische Karte, (Höhenmesser, Kompass);
- Geld, Ausweis, AV-Ausweis;
- im Frühsommer evtl. Grödel

### 1a. Mehrtätige Touren

zusätzlich zu 1

- Hüttenschlafsack;
- Taschen-/Stirnlampe;
- Hüttenschuhe;
- Waschzeug/Handtuch.

### 2. Klettersteige

zusätzlich zu 1

- Steinschlaghelm;
- Brust- und Hüftsitzgurt;
- Schlauchband 15 kN, 1,2 m lang zum Anseilen;
- komplettes Klettersteigset (Einfachseilstück, Klettersteigkarabiner mit autom. Verchlusssicherung, Klettersteigbremse);
- strapazierfähige Fingerhandschuhe.

### 3. Alpine Klettertouren

zusätzlich zu 1

- pro Seilschaft Einfach- oder Halb/Zwillingsseil 50 m;
- Steinschlaghelm;
- Brust- und Hüftsitzgurt;
- Schlauchband 15 kN, 1,2 m lang zum Anseilen;
- vernähte Bandschlingen;
- Prusikschlingen 5 mm Durchmesser;
- Karabiner und Expressschlingen, Anzahl je nach Tour (5-15);
- Abseilachter;
- 2 HMS-Karabiner;
- Klemmkeilsortiment, evtl. Friends;
- Kletterschuhe;
- Führer/Anstiegsskizzen.

## 4. Einfache Hochtouren / Gletscherbegehungen

zusätzlich zu 1.

- Seil je nach Tour, bei leichten Gletscherbegehungen reicht evtl. ein Halbseil je 4 bis 5 Teilnehmer aus;
- Brust- und Hüftsitzgurt;
- Schlauchband 15 kN, 1,2 m lang zum Anseilen;
- Prusikschlingen 5 mm Durchmesser: ½ x, 1 x, 2 x Körpergröße;
- 2 HMS- und 1 bis 3 weitere Karabiner;
- an die Schuhe angepasste Steigeisen, Eispickel;
- Gletscherbrille;
- Gamaschen.

## 5. Schwere Hochtouren mit Kletterpassagen:

zusätzlich zu 1, 3 und 4

- Eishammer oder Eisbeil;
- mehrere Eisschrauben;
- evtl. kleines Hakensortiment

## 6. Skitouren

zusätzlich zu 1

- Ski mit Tourenbindung;
- Skitourenschuhe;
- Skistöcke;
- Steigfelle;
- Harscheisen;
- Verschüttetensuchgerät;
- Lawinenschaufel und Sonde;
- Skibrille

## 7. Skihochtouren

zusätzlich zu 1 und 6:

- Ausrüstung für Gletschertouren (4).

Erstellt: Alois Herzig, Dez. 2004