

MATERIALLISTE – ALPINKLETTERN BASIC

benötigtes Material:

Anmerkung:

Bekleidung:

Kletter- oder Berghose
Regenhose
Hardshelljacke
Daunenjacke
Fleecepullover/Weste/dünne Jacke
T-Shirt (langärmelig)
Handschuhe
Unterwäsche/Socken
Wechselgewand
Stirnband/Buff/Kapperl
Zustiegsschuhe
großer Rucksack

Kletterausrüstung

kleiner Kletterrucksack ~20-30 L	pro Seilschaft
Kletterschuhe	
Kletterhelm	
Klettergurt	
Teleskopstöcke	optional
3x Reepschnur (1m + 3m + 5m, ideal Dyneema oder Aramid)	
2x 120cm Bandschlinge	
5 Verschlusskarabiner (mind. 2 HMS)	
Tuber	
Microtraxion	falls vorhanden
Tibloc	falls vorhanden
60 m Einfachseil (oder idealerweise 3-fach zertifiziert)	pro Seilschaft
60 m Halbseil	optional
1 Satz Friends/Cams	pro Seilschaft
1 Satz Klemmkeile	pro Seilschaft
Klemmkeilentferner	pro Seilschaft
6 Expressschlingen (davon idealerweise 2-3 verlängerbare Alpin-Exen)	
Material-/Schnappkarabiner	
Chalkbag	
Halbautomat (z.B. Grigri) für's Sportklettern	pro Seilschaft

Sonstiges

Erste Hilfe Set (mit Rettungsdecke)

Biwaksack

Stirnlampe

Taschenmesser

Blasenpflaster

Tape

Handy (+ Ladekabel)

Bargeld

Ausweise: Naturfreunde, Personalausweis, E-card

Trinkflasche und ausreichend Wasser (min. 1.5 L)

Jause

Hüttenschlafsack

Ohropax

Zahnputzsachen

Evtl. Kleines Handtuch

persönliches (Hygiene, Medikamente etc.)

Sonnenbrille

Sonnencreme

Motivation :)