

## AUSRÜSTUNGLISTE - Klettern Allgemein

### **Grundausrüstung:**

- Knöchelhohe, robuste Bergschuhe
- Rucksack (20-30 Liter Volumen)
- Wind -und wetterfeste Goretex Jacke
- Berghose / Kletterhose
- Wechselshirt
- Mütze oder Stirnband, Kappe als Sonnenschutz
- Sonnencreme mit LSF 30+ und Lipenschutz
- Sonnenbrille
- Trinkflasche (1-2 Liter)
- Proviant (z.B. Müsliriegel)
- Teleskopstöcke ( bei längeren Zustiegen )

### **Nützliche Gegenstände:**

- Kleines Erste Hilfe Paket
- Blasenpflaster
- Mitgliedsausweis eines alpinen Vereins, wenn vorhanden
- Bargeld

### **Spezialausrüstung Klettersteig (\*wird bei Bedarf kostenlos zur Verfügung gestellt):**

- Klettergurt\*
- Kletterhelm\*
- Klettersteig Set\*
- Klettersteig Handschuhe

### **Spezialausrüstung Alpin / Sportklettern (\*wird bei Bedarf kostenlos zur Verfügung gestellt):**

- Klettergurt\*
- Kletterhelm\*
- Kletterschuhe