

# Ausrüstungsliste

## Eisfallklettern

- ☺ Bergschuhe geeignet für Steigeisen mit Kipphebel
  - ☺ Kipphebel-Steigeisen
  - ☺ Steileisgeräte
  - ☺ Kletterhelm
  - ☺ Handschuhe (2 bis 3 Paar zum wechseln)
  - ☺ Überhandschuhe
  
  - ☺ Lange Unterhose
  - ☺ Berghose
  - ☺ Überhose
  - ☺ Gamaschen
  
  - ☺ Unterleiberl
  - ☺ Hemd/Leiberl
  - ☺ Fleece-Jacke/Pulli (mehrere Schichten)
  - ☺ Goretex-Jacke
  - ☺ Daunenjacke
  - ☺ Haube/Mütze
  - ☺ Schal/Face-warmer
  
  - ☺ Skibrille/Sonnenbrille
  - ☺ Sonnenschutz (Haut/Lippen)
  - ☺ Persönliches Erste Hilfe Päckchen (Leukotape, Compeed- Blasenpflaster)
  - ☺ Rucksack
  - ☺ Biwaksack
  - ☺ Stirnlampe plus Reservebatterien
  
  - ☺ Thermosflasche + Warmgetränk
  - ☺ Gesunde Jause Frostsicher :-)
- ☺ Hüftgurt
  - ☺ 4 Stk. HMS
  - ☺ 3 Stk. Normalkarabiner
  - ☺ 3 Stk. Bandschlingen 240 cm
  - ☺ 1 Stk. Reepschnur 1m
  - ☺ 1 Stk. Kurzprusik 2,5 m
  - ☺ 1 Stk. Langprusik 5 m
  - ☺ Abseilgerät
  - ☺ Eisschrauben\*
  
  - ☺ Karte\*
  - ☺ Bussole\*
  - ☺ Höhenmesser\*
  - ☺ Planzeiger\*
  - ☺ Tourenführer\*
  - ☺ GPS\*
  - \* Nicht unbedingt notwendige Ausrüstungsgegenstände.
  
  - Für Hüttennächtigungen:
  - ☺ HÜTTENSCHLAFSACK !
  - ☺ Kleines Waschzeug
  - ☺ Reservewäsche
  - ☺ Hüttenpatschen
  - ☺ ev. Ausweis eines Alpinen Vereines (NFÖ, ÖAV, TK, ...)
  - ☺ Ohropax :-)
  - ☺ einige Plastiksäcke (Nässeschutz für Ausweise, Wäsche usw.)