

## BEKLEIDUNG

- Kletterhose (bequeme Freizeithose, Wanderhose,...)
- Winddichte / Wasserabweisende Jacke
- Isolationsjacke (Daune, Primaloft,...)
- Warme Kleidung (Zwiebelschalenprinzip)
- Wechselwäsche
- 1 Paar Handschuhe mit gutem Grip für den Klettersteig (ideal mit Leder- oder Gummihandfläche)
- Haube/Stirnband
- Sonnenbrille
- Ersatzbrille für Brillenträger
- Torsionssteife Schuhe für den Klettersteig

## TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack ca. 25l
- \*Kletterhelm
- \*Klettergurt
- \*Klettersteigset
- \*2 Stk. HMS-Schraubkarabiner
- \*2 Stk. lange Bandschlingen (120cm)
- \*1 Stk. kurze Bandschlinge (60cm)

\*Kann kostenlos ausgeliehen werden.

## DIVERSES

- Sonnencreme, Lippenchutz
- Trinkflasche (mindestens 1 Liter)
- Snack für den Tag (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, usw.)
- evtl. Fotoapparat
- Persönliche Medikamente
- Erste Hilfe Päckchen (paarweise)
- Mobiltelefon

Wenn Leihrüstung benötigt wird, bitte im Vorfeld erwähnen.