

## **Ausrüstungsliste Klettertour ohne Gletscher Tagestour**

### **Allgemeines**

- Klettergurt
- Helm
- 1 Schraubkarabiner
- 1 120cm Bandschlinge
- bedingt Steigeisenfester Bergschuh
- 1 Teleskopstock

### **Bekleidung**

- Tagesrucksack ca. 30l
- Hose zum Klettern
- Regenjacke
- Fleece Pullover / Softshelljacke
- Primaloft-/ oder Daunenjacke

### **Diverses**

- Sonnenbrille (Kategorie 3-4)
- Ersatzbrille für Brillenträger
- Sonnencreme und Lippenpomade mit hohem Schutzfaktor
- Trinkflasche mind. 1 Liter
- Taschenmesser
- LED-Stirnlampe mit neuen Batterien
- Pflaster für Blasen
- persönliche Medikamente
- GA oder Halbtax
- Verpflegung (Riegel, Dörrfrüchte, Nüsse, Trockenfleisch, Brot, Schokolade)