

## **Ausrüstungsliste Mehrseillängentour**

### **Allgemeines**

- Klettergurt
- Kletterfinken
- Helm
- 3 Schraubkarabiner
- 1 Abseilgerät (Tuber etc.)
- 1 Prusikschlinge
- 1 60cm Bandschlinge
- 1 120cm Bandschlinge
- Magnesiabeutel

### **Bekleidung**

- Tagesrucksack ca. 30l
- Zustiegsschuhe (Trekkingsschuhe) / bedingt Steigeisenfester Bergschuh
- Hose zum Klettern
- Regenjacke
- Fleece Pullover / Softshelljacke
- Primaloft-/ oder Daunenjacke

### **Diverses**

- Halbtax oder GA
- Verpflegung (Riegel, Dörrfrüchte, Nüsse, Trockenfleisch, Brot, Schokolade)
- Thermosflasche/Trinkflasche mit Getränk ca. 1l
- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- evt. kleine Apotheke und eigene Medikamente
- Riegel für in die Jackentasche
- Trekkingstock für den Zustieg