

**Alex Gölles**, Bergführer

+43 (0) 6991 969 07 81

office@alpinplattform.at



**Martin Edlinger**, Bergführer

+43 (0) 664 1122674

office@alpinplattform.at

## Ausrüstungsliste - GLETSCHERKURS

### Allgemeines:

- 1 Hüftgurt
- 1 Helm
- 1 Reepschnur, ca. 5m , 6mm Ø
- 1 Reepschnur, ca. 3m , 6mm Ø
- 1 Reepschnur, ca. 1,5m , 6mm Ø
- 2 Schraubkarabiner (HMS)
- 1 Schraubkarabiner
- 2 Schnappkarabiner
- 1 Bandschlinge lang (120)
- 1 Bandschlinge kurz (60)
- 1 Einfachseil (50-60 m)
- 1 Eissraube
- 1 Bergschuhe (Steigeisentauglich)
- 1 Steigeisen (angepasst!)
- 1 Wanderstöcke
- 1 Eispickel
- 1 Biwaksack
- 1 Rucksackapotheke
- 1 Stirnlampe
- 1 Rucksack
- 1 Trinkflasche bzw. Thermos
- 1 Sonnenbrille Gletscherbrille

### Bekleidung:

- 1 Gore Tex Jacke
- 1 Fleece- oder Windstopperjacke
- 1 Tourenhose
- 1 Überhose
- 1 Haube
- 1 Sonnenhut, Kappe
- 1 Handschuhe (dünn)
- 1 Handschuhe (warm)

### Bei Übernachtung:

- Hüttenschlafsack
- Toilettenartikel (Minimum!)
- Ersatzunterwäsche
- Ausweis AV, TVN,..

### Diverses:

- Handy
- Sonnencreme, Lippenchutz
- Tourenproviand
- evtl. Höhenmesser, Bussole
- evtl. Karte, Führer
- evtl. Fotoapparat