



Ausrüstungsliste

A5/08 Klettersteige Alpin



Deutscher Alpenverein
Sektion Duisburg

Ausrüstung

- Hüftgurt

- 1 vernähte Bandschlinge, 60 cm Länge oder längenverstellbare Pausenschlinge (z.B. Petzl Connect Adjust)

- 2 Kurzprusik (Reepschnur), 5 mm, 80 cm Länge oder 30 cm vernäht

- 1 Karabiner (Schnappkarabiner, Schraubkarabiner oder Verschlusskarabiner)

- Ggf. Brustgurt

- 1 offene Bandschlinge, 120 cm Länge

- Kletterhelm

- Klettersteigset

Bekleidung

- Wander- oder Trekkingschuhe

- Wetterschutz (Jacke, Überhose)

- Handschuhe (für Klettersteig geeignet)

- Mütze

Sonstiges

- Rucksack

- Sonnenschutz (Brille, Hut, Sonnencreme, Lippenpflegestift)

- Unzerbrechliche Trink- / Thermoflasche bzw. Trinkblase

- Stirnlampe / Taschenlampe

- Erste-Hilfe-Set und persönliche Apotheke

Literaturempfehlung

Die Ausbildungsinhalte können zur Vor- und Nachbereitung nachgelesen werden. Für den Kurs empfohlen wird:

- Alpin-Lehrplan 5: Klettern - Sicherung und Ausrüstung
ISBN 978-3-7633-6110-6

- Biwaksack groß (2 Pers.), 1x pro 2 Teilnehmenden

- Ggf. Teleskopstöcke

- DAV-Ausweis

- Bei Mehrtagestouren ggf. zusätzliche Ausrüstung für Übernachtung und persönlichen Bedarf

Legende

- * Diese Dinge werden von der Sektion gestellt (soweit der Vorrat reicht).

- Diese Dinge nimmt man mit anderen gemeinsam mit.

Ressort Ausbildung

Kontakt: ausbildung@dav-duisburg.de



Sektion Duisburg
Bücherei



alpenvereinaktiv.com