

# Ausrüstungsliste

## Klettersteige

- Wander- oder Trekkingschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Handschuhe (für Klettersteig geeignet) und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Sonnencreme, Lippenpflegestift)
- Unzerbr. Trink- / Thermoflasche, bzw. Trinkblase
- Stirnlampe / Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set und persönliche Apotheke
- Biwaksack groß (2-Mann) 1 pro 2 Teilnehmer
- Karte
- Führer
- Höhenmesser (1 pro 2 Teilnehmer)
- Hüftgurt
- 2 Bandschlingen (Rundschlingen), 60 cm lang
- 1 Kurzprusik (Reepschnur) 5 mm, 80 cm lang oder 30 cm vernäht
- Express-Sets
- 1 HMS Karabiner, Petzl William Ball-Lock
- Brustgurt
- 1 Bandschlinge, 120 cm (Polyamid oder Mischgewebe)
- Kletterhelm
- Klettersteigset
- 1 Halbseilstrang, 20 m
- Teleskopstöcke
- DAV-Ausweis
- Mobiltelefon

## Literaturempfehlung

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

Alpinlehrplan Band 5: Sicherung und Ausrüstung



## Deutscher Alpenverein Sektion Duisburg

### Geschäftsstelle

Lösorster Straße 115  
47137 Duisburg  
Tel.: 0203 / 42 81 20  
Fax: 0203 / 42 34 55  
E-Mail: [info@dav-duisburg.de](mailto:info@dav-duisburg.de)

### Ausbildungsreferent

Thomas Huberty  
E-Mail: [thomas.huberty@dav-duisburg.de](mailto:thomas.huberty@dav-duisburg.de)

Teilnehmer(in):

---

Kursleiter(in):

---

Datum, Unterschrift:

---



Sektion Duisburg  
-Bücherausleihe-



DAV-Shop