

# Ausrüstungsliste

## Kletterausrüstung

- Hüftgurt (selbsttragend)
- 2 Bandschlingen vernäht 120 cm
- 1 Reepschnur (D 5 mm, L 1 m)
- 4 Schraubkarabiner (davon mind. 2 HMS-Karabiner)
- 1 Sicherungsgerät (Halbautomat) wie zB. GriGri, Ergo, Smart
- 8 Express Schlingen
- Kletterschuhe
- Kletterseil (1 Seil je 2 Teilnehmer)
- Steinschlaghelm

## Bekleidung und Anderes

- Augenbinde (Kopf-/ Halstuch o.ä.)
- Warmer Pullover (z.B. Fleece)
- Bewegungsfreundliche Kleidung
- Trinkflasche/Thermoskanne
- Turnschuhe oder Freizeitschuhe
- Schreibutensilien
- Publikation „Kletterspiele“ des ÖAV / falls vorhanden
- Publikation „Handbuch Sportklettern“ des ÖAV / falls vorhanden

## Vorsorge/Gesundheit/Notfall

- falls notwendig, eigene Medikamente
- Verbandszeug
- Personalausweis
- E-Card