PACKLISTE

KLETTERTOUREN

TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack (ca. 30-40 Liter)
- Zustiegs- oder Bergschuhe
- Klettergurt
- Kletterschuhe
- Helm
- evtl. 2 HMS Karabiner, Abseilgerät und Bandschlinge (120cm)
- Magnesium

VERPFLEGUNG & SONSTIGES

- Trink-/Thermosflasche (mind. 1 Liter)
- Tourenverpflegung (nach Vorliebe z.B. Müsli-/Fruchtriegel, Trockenobst, Speck, Brot)
- Sonnenbrille
- Sonnenschutzcreme (mind. Faktor 30)
- Lippenschutz
- Toilettenpapier

BEKLEIDUNG

- Funktionsunterwäsche (Synthetik oder Wolle) evtl. Wechselwäsche
- Socken
- Pullover/Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Softshelljacke
- Touren- oder Kletterhose
- Jacke (wasser-/winddicht, z.B. Goretex)
- leichte Daunenjacke
- Mütze, evtl. Sturmhaube
- Sonnenhut/Buff/Schildmütze
- dünne Handschuhe

PERSÖNLICHE AUSRÜSTUNG

- Bargeld
- evtl. Fotoapparat
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

alpinist.it