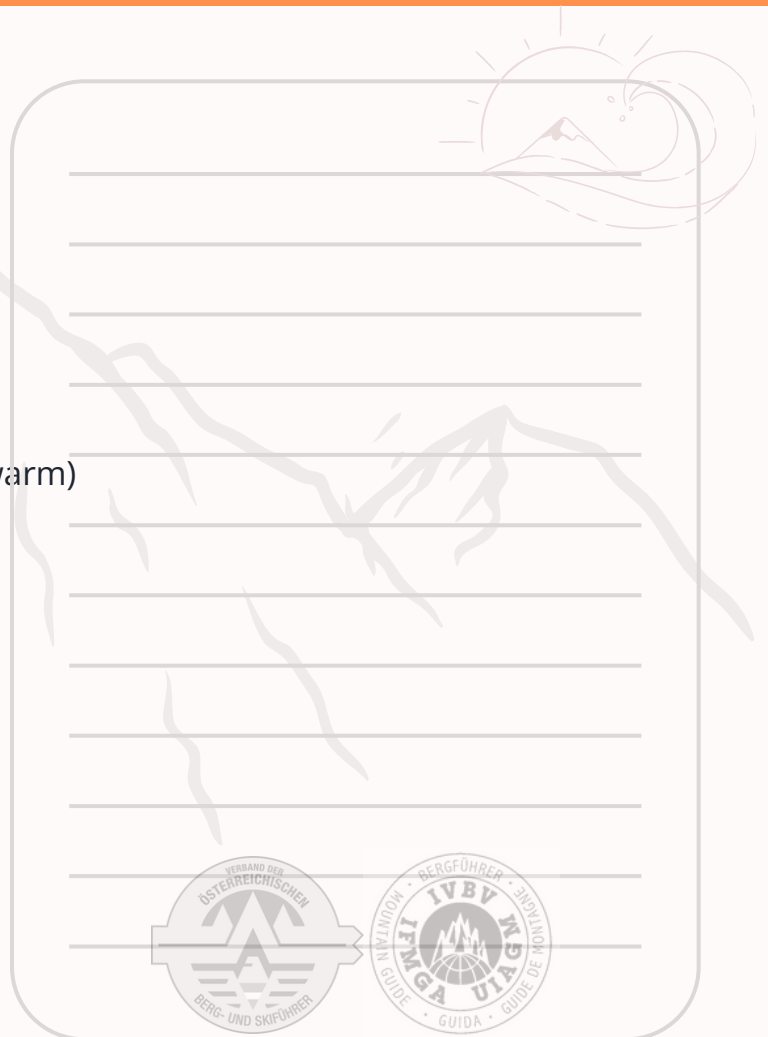


MATERIAL

- ☐ Hardshell Jacke (wasserabweisend)
- ☐ Hardshell Hose (wasserabweisend)
- ☐ Hochtouren- oder Schitourenhose
- ☐ Soft Shell Jacke oder Fleecejacke
- ☐ Daunenjacke oder Isolationsschicht
- ☐ Mütze und Handschuhe (1x dünn, 1x warm)
in doppelter Ausführung
- ☐ Funktionsunterwäsche (lang)
- ☐ 2x dicke Wandersocken
- ☐ evtl. Gamaschen
- ☐ Rucksack ca. 40-45l
- ☐ voll steigeisenfeste Bergschuhe
- ☐ sehr helle Sonnenbrille
- ☐ LED Stirnlampe mit neuen Batterien

- ☐ Leatherman-Tool (wenn vorhanden)
- ☐ Erste Hilfe Set mit Leukotape
- ☐ Biwaksack (wenn vorhanden)
- ☐ Mobiltelefon
- ☐ Steigeisen für Steileisklettern*
- ☐ 2x Steileisgerät*

- ☐ Eisschrauben* (wenn vorhanden)
- ☐ Steinschlaghelm*
- ☐ Klettergurt*
- ☐ 4x HMS-Schraubkarabiner*



- ☐ Abseilgerät (z.B.: ATC-Guide)*
- ☐ 2x Bandschlingen (Polyamid, Länge 120 cm)*

VERPFLEGUNG

- ☐ Thermosflasche mit Tee
- ☐ Als Zwischenmahlzeit solltest du Essen mitnehmen das du auch bei Anstrengung verträgst und magst! (Dörrobst, Schokolade, Käse, Jausenbrot, Energieriegel, etc.)

*** Diese Ausrüstungsgegenstände können bei Bedarf kostenfrei geliehen werden!**