



# Ausrüstungsliste



1



## Berg & Wandern für Einsteiger, Bergwanderungen

- Wander- oder Trekkingschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser fakultativ
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



2



## Grundkurs Bergsteigen

- Bergschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



2+3



## Kombikurs Grundkurs Bergsteigen/ Klettersteigkurs

- Bergschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)
- Hüftgurt
- Brustgurt (bei Kursen)
- Klettersteigsets



3



## Klettersteigkurs, Klettersteigtour

- Wander- oder Trekkingschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Handschuhe (für Klettersteig geeignet)
- Mütze (fakultativ)
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Klettersteigsets
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



7



## Sportklettern

- Feste Zustiegsschuhe
- Kletterschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Handschuhe und Mütze (fakultativ)
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Hüftgurt
- Alpinhelm
- Kletter-Basisset:
  - 1 ATC-Guide
  - 2 HMS-Karabiner
  - 1 Safebiner
  - 3 Normalkarabiner
  - 5 Expressschlingen
  - 2 Bandschlingen 120 cm
  - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)



8



## GK Gletscher, Spaltenbergung, Hochtour leicht-mittelschwer

- Bergschuhe (steigeisefest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Gletscherset:
  - 1 HMS-Karabiner
  - 1 Safebiner
  - 3 Normalkarabiner
  - 1 Bandschlinge 120 cm
  - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Pickel
- Eisschraube
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



9



## Aufbaukurs Hochtouren, Hochtour schwer-sehr schwer

- Bergschuhe (steigeisefest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Alpinhelm
- Gletscherset:
  - 1 HMS-Karabiner
  - 1 Safebiner
  - 3 Normalkarabiner
  - 1 Bandschlinge 120 cm
  - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- 1 Tube, alternativ Abseilachter
- Klemmkeile (für Kurse)
- Klemmkeilentferner (für Kurse)
- Friends (mit Leiter abklären)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Pickel (für Tour)
- Steileisgerät mit Schaufelkopf (mit Leiter abklären)
- Steileisgerät mit Hammerkopf (für Kurs)
- Eisschraube (mit Leiter abklären)
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar fakultativ)
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät



10



## Grundkurs und Aufbaukurs Skibergsteigen, Skitour

- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Tourenski und -bindung (eingestellt)
- Steigfelle (Spann-Klebefelle, Harscheisen)
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
- Lawinenschaufel und-Sonde
- Skitourenschuhe
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar)
- Snowcard

**Farbige Schrift** = Ausrüstung kann in der Geschäftsstelle ausgeliehen werden

**Seil/Hüftgurt:** Seile werden bei Kursen gestellt, Hüftgurte können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

**Hüttenschlafsack:** Bei Veranstaltungen, bei denen auf einer Alpenvereinschütte übernachtet wird, besteht Schlafsackpflicht. Ein Hütten- bzw. Jugendherbergsschlafsack ist mitzunehmen.

**Auf der nächsten Seite finden Sie die Ausrüstungslisten 3+8, 4-6 und 11-13**



### Hochtour leicht- mittelschwer/ Klettersteigtour

Bergschuhe (steigeisenfest)  
Rucksack  
Wetterschutz (Jacke, Überhose)  
Gamaschen (fakultativ)  
Handschuhe (für Klettersteig geeignet)  
Handschuhe (warm für Hochtouren)  
Mütze  
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)  
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche  
Stirnlampe/Taschenlampe  
Erste-Hilfe-Set  
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)  
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (fakultativ)  
Hüftgurt  
Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge (für Kurse)  
Alpinhelm  
Gletscherset:  
- 1 HMS-Karabiner  
- 1 Safebiner  
- 3 Normalkarabiner  
- 1 Bandschlinge 120 cm  
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)  
Klettersteigset  
Steigeisen mit Frontalzacken  
Pickel  
Eisschraube  
Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



### Grundkurs Klettern Alpen

Wander- oder Trekkingschuhe  
Kletterschuhe  
Rucksack  
Wetterschutz (Jacke, Überhose)  
Handschuhe und Mütze  
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)  
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche  
Stirnlampe/Taschenlampe  
Erste-Hilfe-Set  
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)  
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)  
Hüftgurt  
Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge  
Alpinhelm  
Kletter-Basisset:  
- 1 ATC-Guide  
- 2 HMS-Karabiner  
- 1 Safebiner  
- 3 Normalkarabiner  
- 5 Expressschlingen  
- 2 Bandschlingen 120 cm  
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)  
Klemmkeile  
Klemmkeilentferner



### Aufbaukurs Klettern Alpin, Alpinklettertraining

Wander- oder Trekkingschuhe  
Kletterschuhe  
Rucksack  
Wetterschutz (Jacke, Überhose)  
Handschuhe und Mütze  
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)  
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche  
Stirnlampe/Taschenlampe  
Erste-Hilfe-Set  
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)  
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (fakultativ)  
Hüftgurt  
Alpinhelm  
Kletter-Basisset:  
- 1 ATC-Guide  
- 2 HMS-Karabiner  
- 1 Safebiner  
- 3 Normalkarabiner  
- 5 Expressschlingen  
- 2 Bandschlingen 120 cm  
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)  
Klemmkeile  
Klemmkeilentferner  
Friends (mit Leiter abklären)



### Sportklettern künstliche Anlagen

Kletterschuhe  
Hüftgurt  
HMS-Karabiner  
Expressschlingen (nach Vereinbarung)  
Tube



### Aufbaukurs Skihochtouren, Skihochtouren

Rucksack  
Wetterschutz (Jacke, Überhose)  
Gamaschen (fakultativ)  
Handschuhe und Mütze  
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)  
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche  
Stirnlampe/Taschenlampe  
Erste-Hilfe-Set  
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)  
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)  
Hüftgurt  
Gletscherset:  
- 1 HMS-Karabiner  
- 1 Safebiner  
- 3 Normalkarabiner  
- 1 Bandschlinge 120 cm  
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)  
Steigeisen mit Frontalzacken  
Pickel  
Eisschrauben  
Tourenski und -bindung (eingestellt)  
Steigfelle (Spann-Klebefelle, Harscheisen)  
LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät  
Lawinenschaufel und-Sonde  
Skitourenschuhe  
Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar)  
Snowcard



### Mountainbike

Rucksack  
Wetterschutz (Jacke, Überhose)  
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)  
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche  
Stirnlampe/Taschenlampe (mit Leiter abklären)  
Erste-Hilfe-Set  
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)  
Mountainbike  
Fahrradhelm  
Fahrradbrille  
Fahrradhandschuhe  
Fahrradhose  
Pumpe, Ersatzschlauch und kleines Reparaturset



### Grundkurs Schneeschuh- gehen, Schneeschuhtour

Bergschuhe  
Rucksack  
Wetterschutz (Jacke, Überhose)  
Gamaschen (fakultativ)  
Handschuhe und Mütze  
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)  
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche  
Stirnlampe/Taschenlampe  
Erste-Hilfe-Set  
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)  
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (fakultativ)  
LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät  
Lawinenschaufel und-Sonde  
Schneeschuhe  
Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar)  
Snowcard

**Farbige Schrift** = Ausrüstung kann in der Geschäftsstelle ausgeliehen werden

**Seil/Hüftgurt:** Seile werden bei Kursen gestellt, Hüftgurte können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

**Hüttenschlafsack:** Bei Veranstaltungen, bei denen auf einer Alpenvereinschütte übernachtet wird, besteht Schlafsackpflicht. Ein Hütten- bzw. Jugendherbergsschlafsack ist mitzunehmen.

**Auf der nächsten Seite finden Sie die Ausrüstungslisten 14 bis 18**



# Ausrüstungsliste

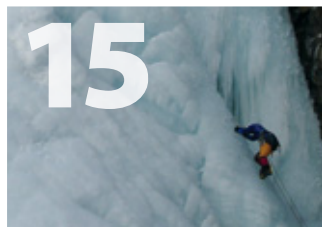


# 14



## Aufbaukurs und Hochtouren mit Schneeschuhen

- Bergschuhe (steigeisenfest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnlampe/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Gletscherset:
  - 1 HMS-Karabiner
  - 1 Safebiner
  - 3 Normalkarabiner
  - 1 Bandschlinge 120 cm
  - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Pickel
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
- Lawinenschaufel und-Sonde
- Schneeschuhe
- Ski/Teleskop-Stöcke (Paar)
- Snowcard



# 15



## Wasserfalleisklettern

- Bergschuhe (steigeisenfest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnlampe/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Hüftgurt
- Alpinhelm
- Kletter-Basisset:
  - 1 ATC-Guide
  - 2 HMS-Karabiner
  - 1 Safebiner
  - 3 Normalkarabiner
  - 5 Expressschlingen
  - 2 Bandschlingen 120 cm
  - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Eisgerät(e)
- Eisschraube(n)
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
- Lawinenschaufel und-Sonde
- Schneeschuhe (fakultativ)
- Snowcard (mit dem Leiter abklären)



# 17



## Kinderfreizeit Sommer

- Kleidung für warmes und kaltes Wetter
- Regenjacke und Regenhose
- Fleecepullover/-jacke
- Mütze und Handschuhe
- Wechselwäsche
- Tagesrucksack
- Sonnenschutz (Sonnenbrille, Hut, Sonnencreme)
- Unzerbrechliche Trinkflasche (mind. 1 Liter)
- Brotzeitdose
- Hüttenschlafsack
- Taschenlampe/Stirnlampe
- Hausschuhe
- Kleines Handtuch
- Kleiner Waschbeutel
- Badekleidung



# 18



## Kinderfreizeit Winter

- Kleidung für kaltes Wetter
- Regenjacke und Regenhose
- Fleecepullover/-jacke
- Mütze und Handschuhe (+Wechselhandschuhe)
- Feste Berg- oder Trekkingschuhe
- Wechselwäsche und Skiunterwäsche
- Tagesrucksack
- Sonnenschutz (Sonnenbrille, Hut, Sonnencreme)
- Unzerbrechliche Trinkflasche (mind. 1 Liter)
- Brotzeitdose
- Hüttenschlafsack
- Taschenlampe/Stirnlampe
- Hausschuhe
- Kleines Handtuch
- Kleiner Waschbeutel

**Farbige Schrift** = Ausrüstung kann in der Geschäftsstelle ausgeliehen werden

**Seil/Hüftgurt:** Seile werden bei Kursen gestellt, Hüftgurte können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

**Hüttenschlafsack:** Bei Veranstaltungen, bei denen auf einer Alpenvereinschütte übernachtet wird, besteht Schlafsackpflicht. Ein Hütten- bzw. Jugendherbergsschlafsack ist mitzunehmen.

## Hinweise zu allen Veranstaltungen:

### Telefonische Anmeldung:

Für alle Veranstaltungen können Sie sich telefonisch anmelden. Die Anmeldungen finden immer bei den jeweiligen Organisatoren der Veranstaltung statt.

### E-Mail-Adresse:

Bitte geben Sie bei der Anmeldung falls vorhanden Ihre E-Mail-Adresse an. Wir schicken dann, falls nötig, alle weiteren wichtigen Informationen zur Veranstaltung per E-Mail zu. Eine Teilnehmerliste wird ausschließlich zur Bildung von Fahrgemeinschaften zugesandt.

### Preise:

Zusätzlich zu den ausgewiesenen Preisen sind bei einer Teilnahme an unseren Veranstaltungen folgende Kosten einzuplanen:

- Essen und Trinken vor Ort: Je nach persönlichem Bedarf
- Übernachtung auf Alpenvereinschütten: Sie sollten pro Person und Nacht für Lager bzw. Bett inklusive der obligatorischen Halbpension ca. 30–40 € (Ostalpen) und bis zu 50 € (Westalpen) einplanen. Bitte beachten Sie, dass die Preise je nach Lage der Hütte stark variieren können.

- Eintrittspreise für Kletterhallen usw. sind von den Teilnehmern selbst zu entrichten.

- Aus organisatorischen Gründen kann es in seltenen Fällen zu einer kurzfristigen Quartieränderung kommen, die den Teilnehmern entsprechend kurzfristig mitgeteilt werden kann. Geringe Preisänderungen müssen ggf. in Kauf genommen werden.

- Die Anreise in Fahrgemeinschaften in Privat-Pkws sind selbstständig zu organisieren. Sie sollten sich mit einer Fahrtkostenbeteiligung von 0,10 € pro Person und Kilometer beteiligen. Dazu kommen anteilig die Kosten für Maut, Autobahn- und Parkplatzgebühren

- Anreise mit Bus&Bahn: Die Kosten für Fahrtickets werden auf alle Teilnehmer umgelegt, wenn sie nicht als Leistung bereits im Preis enthalten sind.

- Sonstige Zusatzkosten: Z. B. Seilbahn- und Lift-kosten können je nach Veranstaltung in unterschiedlicher Höhe anfallen.