

Ausrüstungsliste

BS-AK Bergsteigen Aufbaukurs

T-BS Mittelschwere Bergtouren

<input type="checkbox"/>	•	Rucksack + Regenschutz
<input type="checkbox"/>	•	Wetterschutz (Jacke, Überhose)
<input type="checkbox"/>	•	Wärmeschutz/-jacke
<input type="checkbox"/>	○	Gamaschen
<input type="checkbox"/>	•	Handschuhe, Mütze, (BUFF)
<input type="checkbox"/>	•	Sonnenschutz (Gletscherbrille, Hut, Creme, Lippenstift)
<input type="checkbox"/>	•	Trinkflasche (unzerbrechlich), Thermoskanne (mind. 1 ltr)
<input type="checkbox"/>	•	Stirnlampe
<input type="checkbox"/>	•	Erste-Hilfe-Set inkl. Rettungsdecke, pers. Medikamente
<input type="checkbox"/>	•	Biwaksack (a)
<input type="checkbox"/>	•	Karte (b), Höhenmesser, Mobiltelefon
<input type="checkbox"/>	○	Führer, Kompass, GPS, Planzeiger (b)
<input type="checkbox"/>	•	DAV-Ausweis, Personalausweis, Krankenversicherungsausweis
<input type="checkbox"/>	○	Rettungsweste für Fahrgemeinschaften
<input type="checkbox"/>	•	Hüttenschlafsack (c), kleiner Kulturbeutel (c)
<input type="checkbox"/>	•	Wander- oder Trekkingschuhe
<input type="checkbox"/>	○	Grödel (a)
<input type="checkbox"/>	○	Wander-/Trekking/-Bergstöcke (a)
<input type="checkbox"/>	•	Hüftgurt (plus ggf. Brustgurt) (a)
<input type="checkbox"/>	•	Bergsteigerschutzhelm (a)
<input type="checkbox"/>	○	Klettersteigset (a)
<input type="checkbox"/>	○	Klettersteighandschuhe
<input type="checkbox"/>	○	Safelock-Karabiner (Ball-Lock, Belaymaster, Trilock, ...)
<input type="checkbox"/>	•	HMS-Karabiner (a) Anzahl wird bei Vorbesprechung geklärt
<input type="checkbox"/>	•	Normalkarabiner (a) Anzahl wird bei Vorbesprechung geklärt
<input type="checkbox"/>	•	Expressschlingen (a) Anzahl wird bei Vorbesprechung geklärt
<input type="checkbox"/>	•	Reepschnur (1 m), Durchmesser 5 mm (a), (b)
<input type="checkbox"/>	•	Abseilgerät (Alpin-Tube) (a)
<input type="checkbox"/>	•	Bandschlinge vernäht Nutzlänge 1,20 m (a)
<input type="checkbox"/>	•	Bandschlinge vernäht Nutzlänge 0,60 m (a)
<input type="checkbox"/>	○	Seil (nur für Trainer*innen)

Legende

- Zwingend notwendig, muss jede*r dabei haben
 - Wird bei der Vorbesprechung geklärt
- (a) Im Ausrüstungslager ausleihbar, bei rechtzeitiger Reservierung (ca. 4 Wochen vor Kurs, Tour)
- (b) Im Ausrüstungslager erwerbbar
- (c) In der Geschäftsstelle erwerbbar



Ressort Bergsteigen

Kontakt:

ressortbergsteigen@alpenverein-regensburg.de