

Checkliste für Klettersteige! (Liste ohne Gewähr)

Ausrüstung:

- Rucksack (30-35 Ltr.)
- Trekking- bzw. Klettersteigschuhe
- Klettersteig-Set
- Brust- und Hüftgurt (Anseilgurt)
- Trinkflasche (mind.1ltr.)Thermosflasche
- Sonnenbrille
- Kleine Jause, Müsliriegel usw.
- Plastiktüte für Abfall
- Werkzeug

Kleidung:

- Berg-/Tourenhose
- Mütze
- Handschuhe/Fäustling
- Funktionswäsche
- Softschelljacke
- wind- u. wasserdichte Jacke

Sonstiges.

- Kartenmaterial, Klettersteigführer
- **nicht vergessen!**
- Rucksackapotheke (Erste Hilfe Set)

Für Ihre Sicherheit:

- Bergführer
- Kompass
- Höhenmesser
- Bergsteigerschutzhelm
- Rettungsdecke
- Stirnlampe
- Handy, mit gel. Akku
- Evtl. GPS

Sonnen- und Kälteschutz für Lippen und Haut gehören in jeden Rucksack!