

Ausrüstungslisten Sommer

SA Ausrüstung Bergtouren in unvergletschertem Gelände ohne Schneefelder

- Bergschuhe
 - Tourenrucksack 35-45 Liter (mit Regenschutz)
 - Teleskopstöcke
 - Stirnlampe (Ersatzbatterien)
 - Trinkflasche/Thermoskanne (mindestens 1l)
 - Sonnenbrille mit gutem UV-Schutz
 - Sonnencreme, Lippenchutz
 - Hüttenschlafsack
 - Persönlicher Bedarf (Nahrung, Waschzeug, Ersatzbrille, Medikamente, etc.)
 - Alpenvereinsausweis, Ausweis, Geld in benötigten Währungen, BahnCard/Halbtax-Abo, Führerschein,...
 - ggf. Sicherheitsausrüstung
 - Hüftgurt
 - 3 Verschlusskarabiner, davon mind. 2 HMS-Karabiner
 - 2 baugleiche Normalkarabiner
 - 2 Expressschlingen
 - kurze Prusikschlinge (5 mm, 1m unterschiedliche Farbe zu den anderen Prusik)
 - lange Bandschlinge 120 cm Nutzlänge, vernäht
 - kurze Bandschlinge 60 cm Nutzlänge, vernäht
 - Steinschlaghelm
- Kleidung:
- robuste Regenjacke
 - Wärmejacke (Fleece/Daune/Primaloft)
 - Tourenhose
 - Regenhose
 - ggf. Gamaschen
 - Funktionsshirts unterschiedl. Dicke
 - Lange Unterhose (optional)
 - 2 Paar Strümpfe
 - dünne, robuste Handschuhe
 - warme Handschuhe
 - Sonnenschutz (Schildmütze, o. ä.)
 - Mütze/Stirnband/Buff
 - ggf. Schlafbekleidung
 - Gruppenausrüstung
 - Handy
 - Karte (möglichst. Topogr. Karte 1:25.000)
 - Kompass, Höhenmesser, GPS-Gerät
 - Biwaksack (möglichst 2-Personen-Biwaksack)
 - Verbandszeug (siehe Ausrüstungsliste SD)
 - ggf. Seile

SB Zusätzliche Ausrüstung in vergletschertem / verfirntem Gelände

- steigeisenfeste Schuhe (auf Steigeisen angepasst)
- Steigeisen mit Antistollplatte
- Eispickel
- 2 lange Prusikschlingen
(5 mm, 3,5 m, unterschiedliche Farben)
- 1 Eisschraube

SC Zusätzliche tourenspezifische Ausrüstung, siehe auch Angaben des Tourenleiters

- Abseilgerät
- Eisschrauben
- Expressschlingen
- Friends und Keile
- Schneeschuhe
- Standplatzmaterial (Standplatzschlingen, Karabiner)
- Klettersteigset
- Steileisgeräte
- Draht für Eissanduhr
- Seilrolle
- LVS-Gerät/Schaufel/Sonde

SD Checkliste Erste Hilfe

- compeed-Blasenpflaster
- Wundschnellverband („Pflaster“)
- 2 Verbandpäckchen
- 2 sterile Wundauflagen
- Wundnahtstreifen
- Fixomull (selbstklebender Vliesverband)
- elastische Binde
- Leukotape, 3,5 cm breit
- kleine Pinzette
- Schere
- 2 Sicherheitsnadeln
- Desinfektionsmittel
- Schienen (z.B. Sam Splint)
- Rettungsdecke, Dreieckstuch
- Schmerzmittel