



Bergführer  
Tobias Stampfl

## Ausrüstungsliste Eiskletterkurs Basic:

- Hüftgurt (nicht älter als 5 Jahre)
- Halbseile 60m (2 pro Seilschaft) oder Einfachseil 60-70 Meter (mit mir abklären)
- 5 Expresschlingen pro Person
- 4 Schraubkarabiner HMS pro Person
- 1 Safelock HMS Karabiner (ähnlich wie Petzl Ball Lock)
- 1 Sicherungsgerät mit Plattenfunktion (Petzl Reverso, Black Diamond ATC GUIDE)
- 1-2 Bandschlingen lang (120 cm)
- 1x 90cm – 1m Kurzprusik in 5-6mm Durchmesser
- Steigeisenfeste Bergschuhe abgestimmt mit den Steigeisen
- Steigeisen (am besten mit senkrechten Frontalzacken)
- Kletterhelm (nicht älter als 5 Jahre)
- 5 Eisschrauben pro Person, davon eine mit 22cm
- 2 Steileisgeräte
- 1 Abalakov Eissanduhrfädler (kann man sich auch aus einem Stück dicken Draht bauen)
- Evtl. 2 Materialkarabiner für Eisschrauben (kann man sich auch aus einem Normalkarabiner bauen)
- 1-2 Reepschnüre 7mm dick (oder alte Halbseilstücke) ca. 80 -100cm Länge
- 1 Metallfeile pro Gruppe
- Lawinenausrüstung mit LVS Gerät (3 Antennen), Sonde, Schaufel
- Rucksack 30-40 Liter
- Evtl. Skitourenausrüstung, wer nach oder vor dem Kurs noch eine kleine Skitour machen möchte

### **Bekleidung**

- Warme Funktionsunterwäsche, warme lange Unterhosen. Jeweils auch zum Wechseln.
- Wasserdichte Hardshell Hose (notfalls Regenhose)
- Wasserdichte Hardshell Jacke
- Funktionspullover
- Primaloft Jacke
- Warme Funktionssocken, man kann auch 2 übereinander anziehen.
- Mütze die unter den Helm passt
- 2-3 Paar warme wasserdichte Handschuhe, mit denen man jedoch noch gut greifen kann
- Daunenjacke
- Bekleidung für die Unterkunft
- Sonnenbrille

## Sonstiges

- Verpflegung nach eigenem Bedarf
- Thermosflasche 1-2Liter
- Handwärmer, Fußwärmer
- Geld, Krankenkassenkarte, Handy mit Notfallkontakt, Ausweis, DAV Ausweis
- Erste Hilfe, individuelle Medikamente