

- feste Zustiegsschuhe & Kletterschuhe
 - Rucksack
 - Wetterschutz (Jacke, Überhose), Handschuhe & Mütze
 - Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
 - eine unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
 - Stirn-/Taschenlampe
 - Erste-Hilfe-Set
 - Biwaksack (einer pro 2 Personen)
 - Hüftgurt
 - Alpinhelm
 - 1 ATC-Guide
 - 2 HMS-Karabiner & 1 Safebiner
 - 10 Expressschlingen (für eine Seilschaft)
 - 2 Bandschlingen 120 cm & 1 Prusikschlinge 1 m
 - Seil
 - Gebietsführer
 - Mobiltelefon mit eingespeicherter Notfallnummer (international gültig: 112)
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

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