

## Ausrüstungsliste Übungsleiter Alpinklettern

### Technische Ausrüstung

- Kletterrucksack 25-35 Liter
- Klettertaugliche Bergschuhe
- Reibungskletterschuhe
- Kletterhelm
- Klettergurt/ Hüftgurt
- Kletterseil mind. 50 m, (pro 2 TN ein Seil).  
Wenn vorhanden zus. Halbseile
- 3 Reepschnüre Ø 6 mm (1x 1,5 m; 1x 3 m;  
1x 5 m) - Dyneema bevorzugt
- 4 Bandschlingen vernäht (2x Ø 60 cm; 2 x  
Ø 120 cm)
- 4 Karabiner mit Verschlussicherung  
(davon mind. 1 HMS)
- 1 Safebiner (Karabiner mit doppelter  
Verschlussicherung zB. Ball-Lock)
- 2 Normal-Karabiner (Schnapper)
- 5-6 Expressschlingen
- 1 Sicherungs- und Abseilgerät inkl.  
„Platefunktion“ ( zB. Reverse)
- Klemmkeilset (5-10 Stk.)
- 2-3 Friends (ideal zweiachsig)
- 1 Petzl Micro Traxion (wenn vorhanden)

### Notfall-Ausrüstung

- Erste-Hilfe (inkl. Rettungsdecke)
- Biwaksack (2-Mann)
- Stirnlampe (inkl. Ladegerät/Batterien)
- Mobiltelefon (ggfs. Zusatzakku)

### Persönliches

- Medikamente
- Kontaktlinsen
- Fotoapparat (mit ND-Filter und  
Sonnenschutzblende)
- Fernglas

### Bekleidung

- Funktionsunterwäsche
- Reserveunterwäsche
- Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- Kletter-/Tourenhose
- Regenhose (GoreTex, ...)
- Anorak (z.B. GoreTex)
- Leichte Daunen- /Primaloftjacke
- Haube (Wolle)
- Dünne und warme Handschuhe

### Sonnenschutz

- Sonnen-/Gletscherbrille
- Sonnenhut/Buff/Schildmütze
- Sonnenschutzcreme, Lippenchutz(!)

### Übernachtung

- Waschzeug
- Hüttenschlafsack, evtl. Hüttenschuhe
- ÖTK-Mitgliedsausweis
- Bargeld für Hütte

### Proviant

- Trinkflasche
- Tourenverpflegung

### Orientierung

- Karten M 1:25.000 (Dachstein)
- Gebietsführer (wenn vorhanden)
- Höhenmesser und Bussole
- Planzeiger
- ggfs. GPS
- [Smartphone App "Outdooractive.com"](https://www.outdooractive.com) - um Offline-Karten nutzen zu können, bitte vorher registrieren und PRO-Version installieren (Jahres-Abo € 29,99 - für 1 Monat gratis!)