



Ausrüstungsliste



1



Berg & Wandern für Einsteiger, Bergwanderungen

- Wander- oder Trekkingschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser fakultativ
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



2



Grundkurs Bergsteigen

- Bergschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



2+3



Kombikurs Grundkurs Bergsteigen/ Klettersteigkurs

- Bergschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)
- Hüftgurt
- Brustgurt (bei Kursen)
- Klettersteigsets



3



Klettersteigkurs, Klettersteigtour

- Wander- oder Trekkingschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Handschuhe (für Klettersteig geeignet)
- Mütze (fakultativ)
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Klettersteigsets
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



7



Sportklettern

- Feste Zustiegsschuhe
- Kletterschuhe
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Handschuhe und Mütze (fakultativ)
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Hüftgurt
- Alpinhelm
- Kletter-Basisset:
 - 1 ATC-Guide
 - 2 HMS-Karabiner
 - 1 Safebiner
 - 3 Normalkarabiner
 - 5 Expressschlingen
 - 2 Bandschlingen 120 cm
 - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)



8



GK Gletscher, Spaltenbergung, Hochtour leicht-mittelschwer

- Bergschuhe (steigeisefest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge (bei Kursen)
- Alpinhelm
- Gletscherset:
 - 1 HMS-Karabiner
 - 1 Safebiner
 - 3 Normalkarabiner
 - 1 Bandschlinge 120 cm
 - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Pickel
- Eisschraube
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



9



Aufbaukurs Hochtouren, Hochtour schwer-sehr schwer

- Bergschuhe (steigeisefest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Alpinhelm
- Gletscherset:
 - 1 HMS-Karabiner
 - 1 Safebiner
 - 3 Normalkarabiner
 - 1 Bandschlinge 120 cm
 - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- 1 Tube, alternativ Abseilachter
- Klemmkeile (für Kurse)
- Klemmkeilentferner (für Kurse)
- Friends (mit Leiter abklären)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Pickel (für Tour)
- Steileisgerät mit Schaufelkopf (mit Leiter abklären)
- Steileisgerät mit Hammerkopf (für Kurs)
- Eisschraube (mit Leiter abklären)
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar fakultativ)
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät



10



Grundkurs und Aufbaukurs Skibergsteigen, Skitour

- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnleuchte/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Tourenski und -bindung (eingestellt)
- Steigfelle (Spann-Klebefelle, Harscheisen)
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
- Lawinenschaufel und-Sonde
- Skitourenschuhe
- Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar)
- Snowcard

Farbige Schrift = Ausrüstung kann in der Geschäftsstelle ausgeliehen werden

Seil/Hüftgurt: Seile werden bei Kursen gestellt, Hüftgurte können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

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

Auf der nächsten Seite finden Sie die Ausrüstungslisten 3+8, 4-6 und 11-13



Hochtour leicht- mittelschwer/ Klettersteigtour

Bergschuhe (steigeisenfest)
Rucksack
Wetterschutz (Jacke, Überhose)
Gamaschen (fakultativ)
Handschuhe (für Klettersteig geeignet)
Handschuhe (warm für Hochtouren)
Mütze
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
Stirnlampe/Taschenlampe
Erste-Hilfe-Set
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (fakultativ)
Hüftgurt
Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge (für Kurse)
Alpinhelm
Gletschersert:
- 1 HMS-Karabiner
- 1 Safebiner
- 3 Normalkarabiner
- 1 Bandschlinge 120 cm
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
Klettersteigset
Steigeisen mit Frontalzacken
Pickel
Eisschraube
Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar, fakultativ)



Grundkurs Klettern Alpen

Wander- oder Trekkingschuhe
Kletterschuhe
Rucksack
Wetterschutz (Jacke, Überhose)
Handschuhe und Mütze
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
Stirnlampe/Taschenlampe
Erste-Hilfe-Set
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
Hüftgurt
Brustgurt inkl. Einbindebandschlinge
Alpinhelm
Kletter-Basisset:
- 1 ATC-Guide
- 2 HMS-Karabiner
- 1 Safebiner
- 3 Normalkarabiner
- 5 Expressschlingen
- 2 Bandschlingen 120 cm
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
Klemmkeile
Klemmkeilentferner



Aufbaukurs Klettern Alpin, Alpinklettertraining

Wander- oder Trekkingschuhe
Kletterschuhe
Rucksack
Wetterschutz (Jacke, Überhose)
Handschuhe und Mütze
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
Stirnlampe/Taschenlampe
Erste-Hilfe-Set
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (fakultativ)
Hüftgurt
Alpinhelm
Kletter-Basisset:
- 1 ATC-Guide
- 2 HMS-Karabiner
- 1 Safebiner
- 3 Normalkarabiner
- 5 Expressschlingen
- 2 Bandschlingen 120 cm
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
Klemmkeile
Klemmkeilentferner
Friends (mit Leiter abklären)



Sportklettern künstliche Anlagen

Kletterschuhe
Hüftgurt
HMS-Karabiner
Expressschlingen (nach Vereinbarung)
Tube



Aufbaukurs Skihochtouren, Skihochtouren

Rucksack
Wetterschutz (Jacke, Überhose)
Gamaschen (fakultativ)
Handschuhe und Mütze
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
Stirnlampe/Taschenlampe
Erste-Hilfe-Set
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
Hüftgurt
Gletschersert:
- 1 HMS-Karabiner
- 1 Safebiner
- 3 Normalkarabiner
- 1 Bandschlinge 120 cm
- 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
Steigeisen mit Frontalzacken
Pickel
Eisschrauben
Tourenski und -bindung (eingestellt)
Steigfelle (Spann-Klebefelle, Harscheisen)
LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
Lawinenschaufel und-Sonde
Skitourenschuhe
Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar)
Snowcard



Mountainbike

Rucksack
Wetterschutz (Jacke, Überhose)
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
Stirnlampe/Taschenlampe (mit Leiter abklären)
Erste-Hilfe-Set
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
Mountainbike
Fahrradhelm
Fahrradbrille
Fahrradhandschuhe
Fahrradhose
Pumpe, Ersatzschlauch und kleines Reparaturset



Grundkurs Schneeschuh- gehen, Schneeschuhtour

Bergschuhe
Rucksack
Wetterschutz (Jacke, Überhose)
Gamaschen (fakultativ)
Handschuhe und Mütze
Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
Stirnlampe/Taschenlampe
Erste-Hilfe-Set
2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (fakultativ)
LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
Lawinenschaufel und-Sonde
Schneeschuhe
Ski-/Teleskop-Stöcke (Paar)
Snowcard

Farbige Schrift = Ausrüstung kann in der Geschäftsstelle ausgeliehen werden

Seil/Hüftgurt: Seile werden bei Kursen gestellt, Hüftgurte können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

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

Auf der nächsten Seite finden Sie die Ausrüstungslisten 14 bis 18



Ausrüstungsliste



14



Aufbaukurs und Hochtouren mit Schneeschuhen

- Bergschuhe (steigeisefest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnlampe/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Karte und Führer, Kompass/Höhenmesser (bei Kursen)
- Hüftgurt
- Gletscherset:
 - 1 HMS-Karabiner
 - 1 Safebiner
 - 3 Normalkarabiner
 - 1 Bandschlinge 120 cm
 - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Pickel
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
- Lawinenschaufel und-Sonde
- Schneeschuhe
- Ski/Teleskop-Stöcke (Paar)
- Snowcard



15



Wasserfalleisklettern

- Bergschuhe (steigeisefest)
- Rucksack
- Wetterschutz (Jacke, Überhose)
- Gamaschen (fakultativ)
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)
- Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche
- Stirnlampe/Taschenlampe
- Erste-Hilfe-Set
- 2-Mann-Biwaksack (einer pro 2 Personen)
- Hüftgurt
- Alpinhelm
- Kletter-Basisset:
 - 1 ATC-Guide
 - 2 HMS-Karabiner
 - 1 Safebiner
 - 3 Normalkarabiner
 - 5 Expressschlingen
 - 2 Bandschlingen 120 cm
 - 3 Prusikschlingen (4, 2, 1 Meter)
- Steigeisen mit Frontalzacken
- Eisgerät(e)
- Eisschraube(n)
- LVS-Gerät, ein Satz Batterien für LVS-Gerät
- Lawinenschaufel und-Sonde
- Schneeschuhe (fakultativ)
- Snowcard (mit dem Leiter abklären)



17



Kinderfreizeit Sommer

- Kleidung für warmes und kaltes Wetter
- Regenjacke und Regenhose
- Fleecepullover/-jacke
- Mütze und Handschuhe
- Wechselwäsche
- Tagesrucksack
- Sonnenschutz (Sonnenbrille, Hut, Sonnencreme)
- Unzerbrechliche Trinkflasche (mind. 1 Liter)
- Brotzeitdose
- Hüttenschlafsack
- Taschenlampe/Stirnlampe
- Hausschuhe
- Kleines Handtuch
- Kleiner Waschbeutel
- Badekleidung



18



Kinderfreizeit Winter

- Kleidung für kaltes Wetter
- Regenjacke und Regenhose
- Fleecepullover/-jacke
- Mütze und Handschuhe (+Wechselhandschuhe)
- Feste Berg- oder Trekkingschuhe
- Wechselwäsche und Skiunterwäsche
- Tagesrucksack
- Sonnenschutz (Sonnenbrille, Hut, Sonnencreme)
- Unzerbrechliche Trinkflasche (mind. 1 Liter)
- Brotzeitdose
- Hüttenschlafsack
- Taschenlampe/Stirnlampe
- Hausschuhe
- Kleines Handtuch
- Kleiner Waschbeutel

Farbige Schrift = Ausrüstung kann in der Geschäftsstelle ausgeliehen werden

Seil/Hüftgurt: Seile werden bei Kursen gestellt, Hüftgurte können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

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

Hinweise zu allen Veranstaltungen:

Telefonische Anmeldung:

Für alle Veranstaltungen können Sie sich telefonisch anmelden. Die Anmeldungen finden immer bei den jeweiligen Organisatoren der Veranstaltung statt.

E-Mail-Adresse:

Bitte geben Sie bei der Anmeldung falls vorhanden Ihre E-Mail-Adresse an. Wir schicken dann, falls nötig, alle weiteren wichtigen Informationen zur Veranstaltung per E-Mail zu. Eine Teilnehmerliste wird ausschließlich zur Bildung von Fahrgemeinschaften zugesandt.

Preise:

Zusätzlich zu den ausgewiesenen Preisen sind bei einer Teilnahme an unseren Veranstaltungen folgende Kosten einzuplanen:

- Essen und Trinken vor Ort: Je nach persönlichem Bedarf
- Übernachtung auf Alpenvereinschütten: Sie sollten pro Person und Nacht für Lager bzw. Bett inklusive der obligatorischen Halbpension ca. 30–40 € (Ostalpen) und bis zu 50 € (Westalpen) einplanen. Bitte beachten Sie, dass die Preise je nach Lage der Hütte stark variieren können.

- Eintrittspreise für Kletterhallen usw. sind von den Teilnehmern selbst zu entrichten.

- Aus organisatorischen Gründen kann es in seltenen Fällen zu einer kurzfristigen Quartieränderung kommen, die den Teilnehmern entsprechend kurzfristig mitgeteilt werden kann. Geringe Preisänderungen müssen ggf. in Kauf genommen werden.

- Die Anreise in Fahrgemeinschaften in Privat-Pkws sind selbstständig zu organisieren. Sie sollten sich mit einer Fahrtkostenbeteiligung von 0,10 € pro Person und Kilometer beteiligen. Dazu kommen anteilig die Kosten für Maut, Autobahn- und Parkplatzgebühren

- Anreise mit Bus&Bahn: Die Kosten für Fahrtickets werden auf alle Teilnehmer umgelegt, wenn sie nicht als Leistung bereits im Preis enthalten sind.

- Sonstige Zusatzkosten: Z. B. Seilbahn- und Lift-kosten können je nach Veranstaltung in unterschiedlicher Höhe anfallen.