

Für das Seminar:

M1 - Mobile Seilgartenelemente

Wander-, Hochtouren- und Winterbekleidung

- Trekking- oder Bergschuhe _____
- Funktionale Berghose und Bergjacke _____
- Funktionale Reservewäsche _____
- Genügend Wechselkleidung, vor allem für die Kinder _____
- Handschuhe _____
- Mütze _____
- Pullover (Fleece oder Schurwolle) _____
- Regenkleidung _____
- Sitzunterlage _____
- Überhose _____

Wander-, Hochtouren- und Gletscherausrüstung

- Tagesrucksack (ca. 30 l) _____

Notwendiges für den Veranstaltungsort

- Handtuch _____
- Hausschuhe _____
- Toilettedinge _____
- Waschzeug _____

Kochausrüstung / Verpflegung

- Jausendose _____
- Jause für unterwegs _____
- Trinkflasche mit Getränken _____

Kletterausrüstung / Sicherungstechnische Geräte

- Abseilachter _____
- Bandschlingen kurz und lang _____
- Grigri _____
- Jümar wenn vorhanden (Seilklemmen) _____
- Klettergurt (Hüftgurt) _____
- Kletterschuhe (falls vorhanden) _____
- Kletterhelm _____
- Klettersteigset (falls vorhanden) _____
- Magic Plate _____
- Offene Bandschlinge 120 cm _____
- Offene Bandschlinge 80 cm _____
- T-Bloc _____
- Tube _____
- 2 Halbmastwurf Karabiner _____
- 2 Kurzprusikschnüre (Ø 5 - 6 mm, Länge 1,5 m) _____
- 2 Schraubkarabiner _____

Sonstiges

- Fotoapparat _____
- Personalausweis _____
- Schreibutensilien _____
- Sitzunterlage, auch für draußen _____
- Taschenlampe _____
- Taschenmesser _____

Vorsorge / Gesundheit / Notfall

- Erste Hilfe Paket _____
- Lippenchutz _____
- Sonnenbrille _____
- Sonnenschutz _____
- Rucksackapotheke mit Alu-Rettungsdecke _____
- falls notwendig, eigene Medikamente _____
- Verbandszeug _____
- 1- oder 2 Mann/Frau Biwaksack _____

Verleihmöglichkeiten bitte rechtzeitig telefonisch abklären!