



AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE





REISE: Bergsteigen Grundkurs am Hohen Dachstein, 2993 m

REISECODE: ABSIM




ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige






AUSRÜSTUNG

- Falls vorhanden: Kompass, Höhenmesser, GPS
- Regenhülle für den Rucksack 
- Stabile Berg- und Trekkingschuhe, bedingt steigeisenfest, Kategorie B/C (wasserdicht z.B. Goretex) für Riemensteigeisen
- kurze Gamaschen 
- Rucksack ca. 35-40 l 
- Teleskopstöcke 

BEKLEIDUNG

- Bequeme Kleidung und leichte Schuhe für die Unterkunft
- Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Klettersteighandschuh ohne Fingerkuppen 
- leichte wind- und wasserabweisende Fingerhandschuhe (Fleece, Windstoppermaterial oder Leder) 
- Mütze, Stirnband, Halstuch, Sonnenkappe 
- Warmer wind- und wasserabweisender Handschuh (Kälteschutz) 
- Funktionssocken 
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknend) 
- Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv) 
- Isolationsjacke (warme Daunen- oder Kunstfaserjacke, Primaloft) 
- Tourenhose 

ZUSÄTZLICHES

- AV-Ausweis
- Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape 
- Hüttenschlafsack (leichter Seidenschlafsack für Hygienezwecke) 
- Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- Reisepass oder Personalausweis
- Stirnlampe 
- Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)
- Bargeld
- Gletscher- / Sonnenbrille (Kategorie 4/100%ige UV-Absorption) 
- Kamera, Smartphone, Ladegerät
- Persönliche Medikamente
- Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+)
- Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l) 

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

- Bandschlinge 120
- Eisschrauben
- Karabiner HMS
- Klettersteigset
- Sicherungs/Abseilgerät ATC-XP
- Bandschlinge 60
- Helm
- Klettergurt (Size 1)
- Reepschnur kurz
- Steigeisen
- Eispickel
- Karabiner
- Klettergurt (Size 2)
- Reepschnur lang

Hinweise

- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt

Empfehlenswerte Karten

- Alpenvereinskarte Nr. 14 Dachstein

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

SOMMER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
A	Freizeit, Alltag, Reise, Walking	Gute Wege, Parkanlagen
A/B	Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen	Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege
B	Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren	Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen
B/C	Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge	Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige
C	Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren	Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen
D	Absolut steigeisenfeste Bergschuhe	Weglos, Gletscher, Eistouren extrem
Kletterschuhe	Fels- oder Hallenklettern	Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen

WINTER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
B	Hohe winterfeste Trekkingstiefel mit Profilsohle (empfohlen: Gore Tex o.ä.) Schneeschuhgehen und Winterwanderungen	Im verschneiten Gebirge auch auf vereisten Wegen, auch im Einsatz mit Schneeschuhen, Grödel oder Steigeisen
Skitourenschuh	Skitourengehen und Skibergsteigen	Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen
Freerideschuh	Ski Plus und Freeride	Varianten Gelände
Pistenskischuh	Alpinski	Skipiste
Snowboard Boots	Snowboard- Splitboardtouren, Freeride	Skipisten, Varianten Gelände, Freies Skigelände auch im Einsatz mit Schneeschuhen

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSTRÜSTUNG

patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com

TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



Rucksäcke von Deuter – bestechendes Design und hohe Funktionalität
www.deuter.com



Qualität, Innovation und bestechendes Design für den Berg- und Klettersport
www.petzl.com



Skiausrüstung von Dynafit
www.dynafit.com



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com



Wandelliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.com

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.