

# Ausrüstungsliste Aufbaukurs Freeride

Liste 12

**Folgende Ausrüstung wird benötigt (Bergsportausrüstung mit CE-Zeichen):**

2 Halbseile pro Gruppe (50 – 60m)

Alpinski oder Tourenski, Steigfelle

(Tourenski ausleihbar bei Sport Gross in Stgt.- Hedelfingen Tel: 0711-421598)

**Lawinen-Verschüttetensuchgerät mit 457 kHz (Digitalgerät; Norm EN 300718)**

**Lawinenschaufel**

**Lawinensonde**

**Hüftgurt**

**Eispickel**

**Steigeisen** (an Schuhe angepasst!)

**2 HMS-Karabiner**

**3 Normalkarabiner**

**Bandschlinge vernäht 60 cm Nutzlänge**

**Bandschlinge vernäht 120 cm Nutzlänge**

Reepschnur 70 cm einfach Ø 5 mm

Reepschnur 400 cm einfach Ø 5 mm

**Eisschraube**

**Zweimann-Biwaksack (pro 2 Teilnehmer)**

**Kompass und Höhenmesser** (2 pro Gruppe)

**Gebietskarte und -führer** (2 pro Gruppe)

Snowcard (wenn vorhanden)

Skistöcke (ggf. Teleskopverstellung)

Tourenskischuhe oder Pisten-Schischuhe

Evtl. Gamaschen

2 Paar Handschuhe

Trinkflasche bzw. Thermoskanne

Der Witterung angepasste Kleidung (Zwiebelschalenprinzip)

Regendichte Kleidung

Kopfbedeckung (Sonnenhut und Mütze)

Sonnenbrille

Sonnencreme und Lippenstift (hoher Lichtschutzfaktor).

Erste-Hilfe-Set

Stirnlampe oder kleine Taschenlampe mit Batterien

Schreibzeug

**Bei Übernachtung auf Hütten:**

Hüttenschlafsack

Haus- oder Hüttenschuhe

Die **fettgedruckten** Ausrüstungsgegenstände können im Alpinzentrum entliehen werden.

**Bitte Hinweise zur Ausrüstung im Kursanschreiben beachten !!!**

Falls zusätzliche oder weniger Ausrüstung benötigt wird, erfahren Sie dies von Ihrem Kursleiter.