



Ausrüstungsliste

„Kärntner Bergwanderführer“ Sommerkurs 2019, Bodental

Technische Ausrüstung

- Tagesrucksack (Volumen 35-40 Liter) mit Regenhülle
- Stabile Wander-oder Bergschuhe (wasserabweisend)
- Teleskopstöcke (mit kleinen Tellern)
- Gamaschen (bei einer Hose ohne entsprechenden Abschluss)
- Trinkflasche/Trinksack aus bruchfestem Material (mind. 1 Liter)

Bekleidung

- Funktionelle Kleidung nach dem Schichtenprinzip
(Atmungsaktiv, schnelltrocknend, wärmend, vor Wind und Nässe schützend;
z.B. Schurwolle, Transtex, Fleece, Softshell)
- Überbekleidung (Hose & Anorak) aus Goretex o.a. für Schlechtwetter (wasserdicht)
- Kopfbedeckung (Kappe, Stirnband, Mütze)
- Zwei Paar Handschuhe (Fingerhandschuhe)

Orientierung

- Höhenmesser (mechanisch oder elektronisch)
- Spiegelkompass mit Peilvorrichtung (z.B. RECTA DS 50G oder SUUNTO MC-2)

Diverse Ausrüstung

- Erste-Hilfe-Paket
- 2-Mann-Biwaksack
- Zwei Reepschnüre (je 5 m lang und 5 mm Durchmesser)
- Stirnlampe (mit neuen Batterien)
- Gletscherbrille mit hochwertigen Gläsern (UV Filter der Kategorie 3 oder 4)
- Sonnencreme (LSF 30+) und Lippenchutzcreme

Sinnvoll

- Blasenpflaster
- Schreibutensilien
- Lupe oder Vergrößerungsglas
- Fotoausrüstung
- Tourenproviant/Energieriegel

Bitte Reisepass / Personalausweis mitnehmen, da auch Touren nach Slowenien vorgesehen sind

Alle angeführten Ausrüstungsgegenstände sind vollständig und um Verwechslungen zu vermeiden, gekennzeichnet mitzubringen!

Das Mitbringen von Hunden ist während des Kurses nicht gestattet.