



andy steingruber
bergführer ivbv | seilarbeiten

Ausrüstung

- Rucksack*
- Tourenskischuhe
- Tourenski*/ Splitboard
- Snowboard
- Schneeschuhe*
- Skistöcke*
- Steigfelle*
- Harscheisen*
- Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS)*
- Lawinenschaufel*
- Lawinensonde*
- Skihelm
- Skibrille
- Sonnenbrille
- Sonnenschutzmittel

Bekleidung

- Mütze/ Stirnband
- Handschuhe (leicht und warm)
- Warme Unterwäsche
- Reservewäsche
- Gamaschen
- Wetterschutzjacke
- Skihose
- Wärmejacke
- Skisocken

Diverses

- Thermosflasche / Trinkflasche
- Sackmesser
- persönliche Medikamente
- Apotheke klein
- Verpflegung: Lunch pro Tag
- Stirnlampe* / Taschenlampe
- Halbtax-Abo SBB (wenn vorhanden)
- SAC/DAV-Ausweis (wenn vorhanden)
- Identitätskarte oder Pass
- Bergbahnabo (wenn vorhanden)

Übernachten

- Toilettenartikel (nur Minimum)
- Seidenschlafsack
- Zelt
- Kocher- und Brennmaterial
- Schlafsack und Unterlage
- Biwaksack
- Ersatzbatterien

Kursmaterial

- Notizmaterial/ Schreibzeug
- Kursunterlagen
- Kartenmaterial (wenn vorhanden)
- Kompass (wenn vorhanden)
- Höhenmesser (wenn vorhanden)

Technisches:

- Pickel*
- Steigeisen*
- Sitzgurt*
- Abseilbremse*
- Eishammer
- Eisschrauben
- Haken
- Hammer
- Helm*
- HMS-Karabiner*
- Karabiner*
- Klemmkeile / Friends
- Prusikschlingen ca. 6 mm
- Reepschnur 6 mm, Länge 5 m
- Bandschlingen 60 cm
- Bandschlingen 120 cm
- Seil 40 m / 50 m
- Feldstecher

- Wichtig: Gesichtsmaske nicht vergessen FFP2
- Wichtig: Zertifikat 2G

*dieses Material kann auf Anfrage bei mir gemietet werden