

## Schnupperkurs Bergsteigen Lämmerenhütte

17.07. - 18.07.21, Kursnr: 11292

### Ausrüstungsliste

- Steigeisen (mit Antistoll)\*
- Pickel\*
- Anseilgurt\*
- Helm\*
- 3 Karabiner mit Sicherheitsverschluss, einer davon birnenförmig (VP-Karabiner)\*
- 1 Bandschlinge (1.20m)\*
- kurzes Reepschnurstück (1.50m à Ø 5-6mm)\*
- Abseilgerät\*
- Rucksack
- Feste Trekking- oder Bergschuhe (über den Knöchel reichend)
- Warme Kleidung (Schichtenprinzip)
- Regenjacke
- Handschuhe (2 Paar: 1 x dünne, 1 x warme)
- evtl. Gamaschen
- Mütze/Stirnband
- Sonnenhut
- gute Sonnenbrille (min. Kat. 3)
- Sonnencreme (Faktor 25 oder höher)/Lippenschutz
- evtl. Teleskopwanderstöcke
- Stirn- oder Taschenlampe
- Toilettenartikel
- Hüttenschlafsack (ideal aus Seide)
- Ersatzwäsche
- evtl. Ohropax
- evtl. Blasenpflaster
- evtl. persönliche Medikamente
- evtl. Fotoapparat
- evtl. Feldstecher
- SAC-Ausweis (wenn vorhanden)
- evtl. Halbtax-Abo
- Geld für Transporte und Getränke
- (Thermos-) Flasche
- Taschenmesser- Lunch für zwei Tage
- Merkblatt "Technik und Taktik Hochtouren"

Bei Interesse: Landeskarte: am besten offline auf dem Smartphone, mehr Infos hier:  
[www.bergpunkt.ch/apps](http://www.bergpunkt.ch/apps)

\*Hochtourenset (Anseilgurt, Steigeisen, Pickel, Helm, Abseilgerät, Karabiner und Schlingen) werden für diesen Kurs gratis zur Verfügung gestellt. Bitte dem bergpunkt-Büro melden, was du brauchst.

### Mietmaterial

Technisches Material kann bei uns bis 10 Tage im Voraus gemietet werden. Der Bergführer bringt dir das Material direkt auf die Tour/den Kurs mit.

[Zur Mietmaterialliste >](#)

## BÄCHLI BERGSPORT IHR AUSTRÜSTUNGSPARTNER

Die grösste Auswahl von Bergsportartikeln in der Schweiz, sportliche Beratung, wegweisenden Service und faire Preise.

10 mal in der Schweiz oder unter [www.baechli-bergsport.ch](http://www.baechli-bergsport.ch)

