

Seilschaftscoaching 1 Dom 4545m - Lagginhorn 4010m - Weissm

25.07. - 30.07.21, Kursnr: 11316

Ausrüstungsliste

- Steigeisen (mit Antistoll)
- Pickel
- Anseilgurt
- Helm
- 3 Karabiner mit Sicherheitsverschluss, einer davon birnenförmig (geeignet für HMS-Sicherung)
- 3 Expressschlingen
- 1 Bandschlinge (1.20m)
- kurzes u. langes Reepschnurstück (1.50m & 4m à Ø 5-6mm)
- Abseilgerät
- mind. 1 Eisschraube
- falls vorhanden: Weitere Schlingen, Einzelkarabiner und Expressschlingen
- falls vorhanden: Keile, Camalots, Micro Traxion/Ropeman
- Rucksack
- Bergschuhe
- Warme Kleidung (Schichtenprinzip)
- Ersatzwäsche
- Regenjacke mit Kapuze
- 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
- Stirnlampe
- Toilettenartikel
- Hüttenschlafsack (ideal aus Seide)
- evtl. Ohropax
- evtl. Blasenpflaster
- evtl. persönliche Medikamente
- evtl. Fotoapparat
- evtl. Feldstecher
- SAC-Ausweis (wenn vorhanden)
- evtl. Halbtax-Abo
- Geld für Transporte und Getränke in den Hütten
- (Thermos-) Flasche
- Taschenmesser
- Lunch für 4 Tage, für den zweiten Teil kaufen wir unterwegs ein.
- Landeskarte: am besten offline auf dem Smartphone, mehr Infos hier: www.bergpunkt.ch/apps
- falls vorhanden Papierkarte, Kompass und Höhenmesser
- Merkblatt "Technik und Taktik Hochtouren"

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 AUSRÜSTUNGSPARTNER**

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

