

## **Bergführerkurse Kaunergrathütte: Aufbau- und Expertkurs - Bekleidung und Ausrüstung**

- Funktionsunterwäsche aus schweißtransportierendem Material
- Leichtes atmungsaktives Oberteil
- Fleecejacke oder Pulli
- Lange Hosen aus strapazierfähigem und elastischem Kunstfasermaterial
- Wetterschutzjacke aus wind- und wasserabweisendem Material, mit Kapuze
- Regenhose
- Mütze und Fingerhandschuhe
- Leichte Ersatzwäsche zum Wechseln nach schweißtreibendem Anstieg oder nach Regen
- Strümpfe (mit verstärktem Fußbett)
- Feste Bergschuhe (Typ C – alpine Bergstiefel), Kletterschuhe sind erforderlich
- Rucksack, mindestens 35 Liter
- Sonnenschutz, vor allem Sonnenbrille mit UV-Schutz, Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor, Lippenschutz
- Erste Hilfe Set, um kleine Verletzungen selbst zu versorgen
- Teleskopstöcke bei Bedarf zur Entlastung der Gelenke, besonders beim Hüttenzustieg
- Taschenlampe oder Stirnlampe, insbesondere für die Hüttenübernachtungen
- Trinkflasche für mindestens 1 Liter Flüssigkeit
- Hüttenschlafsack, Hüttenschuhe (Auswahl vor Ort vorhanden) und Handtuch
- Es wird empfohlen, einen USB-Stick mitzubringen, um die zahlreichen, von den Bergführern beim Üben gemachten Bilder als Andenken nach Hause mitnehmen zu können.
- Das gesamte besondere Ausbildungsgerät wie Helm, Steigeisen, Eispickel, Klettergurt, Klettersteigset, Karabiner, Seile, Schlingen etc. wird im Satz auf der Hütte ausgehändigt.