

✓ Ausrüstungscheckliste

Kletterkurs am Fels für Kinder und Jugendliche

ALPINSCHULE
GARMISCH

Obligatorisch:

Am Körper:

- ☐ Festes Schuhwerk für den Zustieg und Sichern am Fels
- ☐ Sportsocken (idealerweise recht dünn)
- ☐ Lange, bewegliche Hose
- ☐ T-Shirt oder Langarm-Shirt
- ☐ Kopfbedeckung als Sonnenschutz
- ☐ leichter Rucksack ca. 25-30L

Im Rucksack:

- ✓ Klettergurt
- ✓ Kletterschuhe
- ✓ Helm

Leihmaterial der Alpinschule-Garmisch
ist inkludiert.



- ☐ Wind- und wasserdichte Jacke
- ☐ Wechsel T-Shirt
- ☐ Pullover oder Fleece als Wärmeschicht
- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Brotzeit
- ☐ Sonnencreme mind. LSF 20
- ☐ Trinkflasche ca. 2 Liter

Optional:

- ☐ Persönliche Medikamente (Bergführer darüber informieren)
- ☐ Fotoapparat

Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gerne telefonisch unter der Nummer **08821 / 730 588 5** oder per Mail an die info@alpinschule-garmisch.de zur Verfügung.

