

Ausrüstungsliste

Grundkurs Alpin

- Bergstiefel B/C
- Rucksack (35l – 40l)
- Wetterschutz (Jacke, Überhose, Tourenregenschirm)
- ggf. Gamaschen
- Handschuhe und Mütze
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Sonnencreme, Lippenpflegestift)
- Unzerbr. Trink- / Thermoflasche, bzw. Trinkblase
- Stirnlampe / Taschenlampe
- 1 Aramid/Kevlar-Reepschnur mit Polyamidmantel
5,5 mm (18 kN), 350 cm lang
- Erste-Hilfe-Set und persönliche Apotheke
- Biwaksack groß (2-Mann) 1 pro 2 Teilnehmer
- Karte
- Bussole, ggf. GPS mit Tracks und Wegpunkten
- Führer
- ggf. Höhenmesser (1 pro 2 Teilnehmer)
- Teleskopstöcke
- DAV-Ausweis
- Mobiltelefon

Literaturempfehlung

Die Ausbildungsinhalte können zur Vor- und Nachbereitung nachgelesen werden. Für den Kurs empfohlen wird:

Alpinlehrplan Band 1: Bergwandern - Trekking
Alpinlehrplan Band 6: Wetter und Orientierung



Deutscher Alpenverein Sektion Duisburg

Geschäftsstelle

Lösörter Straße 115
47137 Duisburg
Tel.: 0203 / 42 81 20
Fax: 0203 / 42 34 55
E-Mail: dav-duisburg@t-online.de

Ausbildungsreferent

Thomas Huberty
E-Mail: thomas.huberty@dav-duisburg.de

Teilnehmer(in):

Kursleiter(in):

Datum, Unterschrift:



Hindenburgstraße 57
45127 Essen
Tel.: 0201 / 23 26 27

Öffnungszeiten:

Mo – Fr 10 – 19 Uhr
Sa 10 – 16 Uhr



Süllenstraße 26
40599 Düsseldorf
Tel.: 0211 / 73 16 03 31

Öffnungszeiten:

Di - Fr 11 – 19 Uhr
Sa 10 – 16 Uhr
und nach Absprache



Sektion Duisburg
-Bücherausleihe-



DAV-Shop