



Handschuhe:

Je nach Wetter und Klettersteig (KS) Typ – mit oder ohne Finger – Leder oder Textile mit rutschfester Grifffläche

Klettersteig-Set: (KSS)

Erfüllt neue Norm EN 958: 2017
Ältere sets: (50-100kg) (Rückrufe prüfen!)
Gebrauchsanleitung beachten – Alterung: **max. 10 Jahre alt**

Schuhwerk:

Mittelfeste, halbhohle Wanderschuhe - Sohle mittel steif und gutes Profil, Spitze mit Reibungszone für kleine Vorsprünge

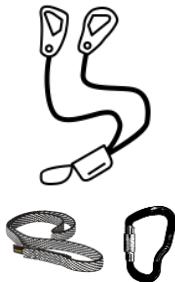
Sitzgurt/Brustgurt:

(Rückrufe prüfen!)
Gebrauchsanleitung beachten – Alterung: **max. 10 Jahre alt**
+ ein HMS Karabiner
+ einer Standschlinge

Helm:

Kletterhelm – helle Farben – bequemer Sitz auch mit langen Haaren. Haltbarkeit prüfen. (EN 12492)

Die persönliche Schutzausrüstung (PSA) für Klettersteige «A»

	Ausrüstung	Anmerkungen	Empfehlung
	Sitzgurt/ Brustgurt	(Rückrufe prüfen!) Gebrauchsanleitung beachten – Alterung: max. 10 Jahre alt DIN EN 12277 C / oder A / B / D Idealerweise mit 2 Materialschlaufen Je nach Einsatzzweck mit oder ohne verstellbare Beinschlaufen	Sitzgurte kombiniert mit Brustgurten können verhindern, dass man nach einem Sturz mit dem Kopf nach unten hängt. Sinnvoll bei schmalen Hüften, mit schweren Rucksäcken und Kindern.
	Klettersteig-Set Karabiner Standring	Erfüllt neue Norm EN 958 / 2017 Ältere sets: (Rückrufe prüfen!) Gebrauchsanleitung beachten – Alterung: max. 10 Jahre alt + ein HMS Karabiner + eine Standring 60cm	KSS: Karabiner Grosse Öffnungen / keine Finger einklemmen beim Umhängen der Karabiner. Standring mit Schraub/ Autolock -Karabiner für Pausen im Steig.
	Helm	Kletterhelme mit Sonnenbrille testen, Belüftung und Seitenhalt prüfen – helle Farben – einfache Handhabung des Helmriemenverschluss, Kopfumfang- Regulierung testen	Für lange Haare gibt es Helme mit einer Aussparung für einen Pferdeschwanz
	Handschuhe	Je nach Wetter- & KS Typ – mit oder ohne Finger – Leder oder Textile mit rutschfester Grifffläche Fahrrad- oder Hantelhandschuhe auch möglich	Bei halbem Fingerschutz auf dünne und feine Abschluss- Nähte achten. Mit Vorteil hat der Handschuh Ausziehschlaufen. Sicheres bedienen der Karabiner testen. Handschuhe für kalte Jahreszeit
	Schuhwerk	Je nach Wanderstrecke und Wetter Mittelfeste Wanderschuhe Sohle mittel steif und gutes Profil / Schuhspitze mit Reibungszonen für kleine Vorsprünge. Gut regulierbare Schnürung. Bei hohem Schwierigkeitsgrad evtl. auch mal Kletterfinken mitnehmen.	Weiche Sohlen verschlechtern die Steh-Stabilität in der Felswand. Sehr steife Sohlen sind aber nicht ideal für lange Wanderungen. Halbhohe Schuhe verhindern Verletzungen am Knöchel. Verwindungssteifheit von Vorteil
	Kleidung	Dem Wetter angepasst. Himmelsausrichtung des KS beachten: Nordwand kühler, Südwand wärmer, Sonnenschutz und Sonnenbrille, allenfalls Nackenschutz	Schalenprinzip, um sich flexibel den Umweltbedingungen anzupassen. Ersatz –T-shirt. Gute Bewegungsfreiheit der Hosen und Jacken mit kompletter Ausrüstung.
	Rucksack	Aussen wenig Bänder und Schlaufen. Mit Brust- und Hüftgurt damit das Gewicht kompakt am Körper anliegt. Handhabung und Sitz zusammen mit Kletter- und Sitzgurt prüfen.	Tagesrucksack 18lt bis 35lt je nach Bedarf an Kleider, Equipment und Verpflegung. Idealerweise hat es auch Platz für Helm und Klettersteigset für den Zu- und Abstieg.
	Notfallset	Persönliche Medikamente Sonnen- und Lippenschutz, Wundpflaster, Notfall- decke, (Biwaksack) Schmerzmittel Desinfektionsspray, Verband und Gazen, Notfall Telefonnummern	

Die persönliche Schutzausrüstung (PSA) für Klettersteige «B»

	Ausrüstung	Bilder
	<p>Sitzgurt/ Brustgurt</p>	<p>Sitzgurt mit Materialschlaufen. Standard für KS</p>  <p>Sitzgurt mit Brustgurt kombi Sitzgurt/ Brustgurt eine Einheit</p>
  	<p>Klettersteig-Set Karabiner StandSchlinge</p>	<p>Empfehlung für grosse Karabineröffnungen</p>  <p>Flexible Sicherheitsarme</p>  <p>Rastkarabiner option mit oder ohne Drehgelenk</p> <p>Stand-Karabiner mit Autolock oder geschraubt</p>   <p>StandSchlinge mind. 60cm o. regulierbar</p>
	<p>Helm</p>	<p>Vorne keine weit ausladende Dächer; mit Sonnenbrille testen</p>  <p>Helme für lange Haare mit Aussparung</p> 
	<p>Handschuhe</p>	<p>Gut anliegende Teil-leder Handschuhe ohne Finger, mit Ausziehhilfen. Keine Nähte rund um die Fingerling Enden. Warme Handschuhe für kalte Jahreszeit /die Hände sollten nicht schwitzen</p> 

Die persönliche Schutzausrüstung (PSA) für Klettersteige «B»

	Ausrüstung	Bilder
	<p>Schuhwerk</p>	 <p>Mittelfeste, halbhohle Wanderschuhe - Sohle mittel steif und gutes Profil, Spitze mit Reibungszone für kleine Vorsprünge</p>
	<p>Kleidung</p>	<p>Sehr individuell; Schalenprinzip, Ersatz Shirts bei starkem schwitzen. Merinowolle ideal für innen / Synthetik für Wind und Wetterschutz aussen.</p>
	<p>Rucksack</p>	 <p>1 Tag = 18 – 35 Liter Volumen, wenige Bänder/ Schlaufen und Schnickschnack aussen, Brust und Hüftgurt für kompaktes Anliegen</p>
	<p>Notfallset</p>	 <p>Wundpflaster, Verband, Notfalldecke,(Biwaksack) Persönliche Medikamente (Allergien, Stiche..), Sonnenschutz, Lippenschutz, Notfallnummern</p>

Die verwendeten Bilder dienen lediglich zur Erklärung und sind keine Produkte-Kaufempfehlungen.
Bei Bedarf können Empfehlungen direkt bei den Tourenleiter nachgefragt werden.

Verweise und Normen «C»

Ausrüstungsdetail	Verweise	Normen
Sitzgurt/ Brustgurt	Wikipedia	DIN EN 12277 C / oder A / B / D Link Edelrid PDF
Klettersteig-Set Karabiner Rastschlaufe	Wikipedia (Auf Touren sind KS mit Bandfalldämpfer vorgeschrieben) Bergzeit Artikel Bergwelten Artikel – Neue Norm Rückruflisten	EN 958 / 2017
Helm	Publikation Schutzhelme Wikibook Klettern	EN 12492
Schuhwerk	https://www.bergfreunde.de/basislager/die-richtigen-treter-fuer-den-klettersteig/	
Mieten	https://www.baechli-bergsport.ch/miete https://www.transa.ch/services/mieten-testen/miete-sommer/	

Verweise sind Links zu Webseiten.