

Checkliste Höhlentour

Persönliche Ausrüstung:

- Schleifsack
- Tüte als Überzieher Schleifsack
- (Ober- + Unter-)Schlitz / Blaumann
- Helm mit Lampe
- Batterien für Helmlampe
- Gummistiefel (Alternative: Bergschuhe)
- Handschuhe (Garten/Industrie)
- Ersatzsocken nach Bedarf
- Gürtel für Schlitz

Biwak:

- Schlafsack
- Tüte für Schlafsack (Regen!)
- Pulli für Biwak
- T-Shirt für Biwak
- Lange U-Hose / Jogginghose für Biwak
- Nach Bedarf Mütze/Handschuhe für Biwak
- Taschenlampe / Stirnlampe
- Batterien Taschenlampe / Stirnlampe
- Feuerzeug
- Kerzen (am besten Stumpenkerzen)
- Taschenmesser
- Klopapier

Essen/Trinken:

- Leere Wasserflasche
- Tütensuppen
- Tütenessen (Spaghetteria etc.)
- Trinkzusätze (z.B. Magnesiumtabletten)
- versch. Teebeutel
- Cappufläschchen
- Kochgeschirr (Topf, Tasse, Löffel)
- Esbitkocher + Esbit
- Frühstück (Brot (am besten aufgeschnitten), Wurst, Käse – Alternative: Müsli)
- Tüte als Unterlage für Essen
- Je nach Bedarf: Zucker, Salz, Pfeffer (in Fläschchen)
- Müsliriegel o.ä. für Unterwegs
- Schoki
- ggf. Weinbrand :)

Sonstiges:

- Taschentücher
- kl. Mülltüte
- Höhlenschlüssel
- Vereinsheimschlüssel
- Verbandspäckchen (Mull, Pflaster, Dreieckstuch etc.)
- Zetterl + Bleistift im 1H-Pack
- ggf. Knieschoner
- Stecken für Auf- u. Abstieg
- ggf. Ohrenstöpsel für Schnarcher ;-)

Aufstieg / Fahrt / Hinterher:

- Regenschirm
- Jacke
- Hose, T-Shirt, Pulli, Socken, Schuhe
- Getränke für Fahrt
- Etwas €
- CDs/Musik für Fahrt?

Schachtzeug:

- Gurt (Sitz- und Brustgurt)
- Abseiler
- Karabiner
- Steigklemmen (Hand-, Brust-, Fußsteigklemme)
- Fußsteigschlinge
- Sicherungsschlinge
- Seil?

Messtouren:

- Distanzmesser
- Richtungs- und Neigungsmesser
- Stift (am besten Bleistift)
- Klemmblock/Messmappe incl. Vorlagen
- Detailpläne

Winterausrüstung:

- ggf. Gefütterte Handschuhe (Aufstieg!)
- Winterjacke
- (Überzieh-)Schneehose
- Steigeisen/Ketten für die Schuhe (Eisbildung Eingangsbereich)