

## Ausrüstungsliste für Wildwasser Kajak

Für Kajak-Tagesfahrten im alpinen Raum. Wenn nicht anders angeführt, ist die Ausrüstung immer pro Person erforderlich. Ausrüstung in eckigen Klammern versteht sich als optional. Diese Liste stellt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und ist den individuellen Bedürfnissen anzupassen. Der Verfasser übernimmt keinerlei Haftung für unvollständige oder unrichtige Angaben.



### 1. Bootsaurüstung:

- **Kajak**
- **Paddel**
- **Spritzdecke**
- **Auftriebskörper** (für das Kajak, je nach Bauart; für Bug und Heck)
- [Fittings zum Optimieren der Passform]

### 2. Notfallausrüstung:

- **Wurfsack**
- **Erste Hilfe Paket** (im Minimum: Aludecke, Dreiecktuch, Wundauflage, Mullbinde, Tape-Pflasterverband; alles wasserdicht verpackt)
- **Mobiltelefon** (wasserdicht verpackt)
- **Taschenmesser** oder spezielles Messer für den Wildwassersport (griffbereit z.B. an der Schwimmweste montiert)
- **Müsliriegel, Schoko etc.** (wasserdicht verpackt)
- [Bergehaken]
- [Bergeset, bestehend aus Bandschlinge, Reepschnur, 3 Karabiner, Tibloc]
- [Klappsäge, im Boot verstaut]

### 3. Persönliche Wildwasserausrüstung:

Der nötige Kälteschutz variiert mit der Jahreszeit (Winter vs. Sommer), mit den Personen (kälteempfindlich oder nicht), mit dem Grad der Aktivität am Fluss (fauler Abfahrer vs. motivierter Spieler), mit dem Gewässer (Gletscherbach vs. Abfluss einer Thermalquelle) etc. – es kann deshalb keine Patentlösung angeboten werden. Normaler Weise (z.B. Frühsommer an der Salza oder Steyr) reicht als Kälteschutz Neoprenschuhe, lange Neopren-Latzhose (=Long John), Paddeljacke u. ev. ein Fleecepulli unter der Paddeljacke.

- **Wildwasserhelm**
- **Schwimmweste** (für den Wildwassersport geeignetes Modell)
- **Neoprenschuhe** oder andere Schuhe mit Neoprensocken; akzeptables Schuhwerk mit rutschfester Sohle ist bei alpinen Touren von großer Bedeutung, z.B. bei langen Umtragestrecken über Block- u. Schuttgelände.
- **Neoprenanzug** (Long John o.ä.)
- **Paddeljacke** (oder zur Not Neoprenjacke)
- **Badehose**

## Ausrüstungsliste Wildwasser Kajak, Version 2019-11-12

- **Wasserdichter Sack** (um das Kleinzeug im Boot zu verstauen)
- **Trockenes Wechselgewand** (komplette Garnitur für danach)
- **Sportschuhe oder Schlapfen** (ebenfalls für danach)
- **Handtuch**
- **Sporttasche** (für trockenes Wechselgewand, Schuhe und Handtuch)
- **Packsack** (für das gesamte nasse Paddelzeug nach der Tour; optimal ist ein großer Ikea-Sack oder Ähnliches)
- [Neoprenhaube] (muss unter den Helm passen, bei großer Kälte oder für einen Eskimotierkurs am Bach)
- [Neoprenhandschuhe] (gummiert für ausreichend Grip am Paddel, bei großer Kälte oder als Handschutz)

### 4. Sonstiges:

- **gut montierter Auto-Dachträger**
- **Zurrgurte** (zugelassenes Material, optimal mit Ratschenverschluss)
- **Tourenproviant**
- **Reparaturwerkzeug für die Ausrüstung** (z.B. Leatherman)
- **Trinkflasche** (bewährt haben sich normale PET-Leichtflaschen)
- [reißfestes Gewebeklebeband für allerlei Reparaturen]
- [Alpenvereinsausweis, Reisepass etc.]
- [persönlicher Hygienebedarf, persönliche Medikamente]
- [Fotoausrüstung]
- [Memory-Stick]
- [Führerliteratur, Flusskarten]
- [aktueller Wetterbericht]
- [aktuelle Pegelstände]
- [Regenschirm, speziell in Wildalpen ;-)]
- [wasserfester Edding-Stift zum Beschriften der Ausrüstung]
- [Signalpfeifer!]
- [Spielzeug fürs Wasser: Tennisball, Frisbee,...]

Genussvolle Kajaktouren wünscht Euch

Peter

Dr. Peter Biermayr  
Österreichischer Alpenverein  
Tourenführer der Sektion Liesing-Perchtoldsdorf  
Tel.: 0680-5076744  
E-Mail: [peter@multisportiv.at](mailto:peter@multisportiv.at)  
Web: [www.multisportiv.at](http://www.multisportiv.at)