

Kletterkurse April - Juni



Level I - TopRope

TopRope klettern und sichern, richtiges Anseilen, Kletterregeln, Materialkunde, Grundtechnik greifen und steigen.

Keine Vorkenntnisse notwendig

Dieser Kurs befähigt zum eigenständigen Klettern an den vorgesehenen TopRope-Stationen

Dauer/Anzahl: 3x 120 min

Preis: Erwachsene: € 85,00 All Inkl. bzw. € 69,00 exkl. Leihmaterial

Kinder: € 59,00 All inkl. (im Erwachsenenkurs integriert ab 12 Jahren, nur mit Kletterpartner)

Teilnehmerzahl: 4 – 8 Personen

- ★ So. 10.4. 10h / Fr. 15.4. 18h / Fr. 22.4. 18h (Kursleitung Steffi)
- ★ Sa. 14.5. 17h / Fr. 20.5. 18h / Sa. 21.5. 13h (Kursleitung Steffi)
- ★ Do. 9.6. 18:30h / Fr. 10.6. 18:30h / So. 12.6. 10h (Kursleitung Steffi)

Level II - Lead/Vorstieg Klettern

Vorstieg klettern und sichern, Materialkunde, richtiges Klinken, Basistechnik, Standardbewegung und fortgeschrittenen Technik, richtiges Rasten, Vertrauens- und Sturztraining

Voraussetzung: Level I (TopRope) bzw. Nachweis der Kenntnisse

Dieser Kurs befähigt zum eigenständigen Seilklettern in der Kletterhalle!

Dauer/Anzahl: 5x 120 min

Preis: Erwachsene: € 160,00 All Inkl. bzw. € 135,00 exkl. Leihmaterial;

Kinder: 95€ (ab 12 Jahre)

- ★ Mo. 4.4. 18:30h / So. 10.4. 18h / Mo. 11.4. 18:30h / Do. 14.4. 18:30h /
Do. 21.4. 18:30 (Kursleitung Steffi)
- ★ Do. 12.5. 18:30h / Sa. 14.5. 10:30h / So. 15.5. 18h / Do. 19.5. 18:30h /
Sa. 21.5. 10:30h (Kursleitung Steffi)
- ★ Do. 2.6. 18:30h / Sa. 11.6. 18h / So. 12.6. 13h / Mo. 20.6. 18h /
Sa. 25.6. 18h (Kursleitung Steffi)

Level III- Klettertechnik & Taktik

Spezielle Klettertechniken (Eindrehen, richtige Belastungsrichtung, statisches vs. dynamisches Klettern, Griffarten, Schulterzüge, Heelhook, Toehook)
Taktik (Klettertempo, Kletterfluss, Rastpositionen, Routen lesen, ...)

Voraussetzung: Level II (Lead/Vorstieg) bzw. Nachweis

Dauer/Anzahl: 3x 120 min

Preis: 85€ exkl. Leihmaterial

Teilnehmerzahl: 4 – 8 Personen

★ So. 24.4. 14h / So. 15.5. 14h / Sa. 21.5. 14h (Kursleitung Steffi)

Level IV - Outdoorkurs

Vertiefung der Seiltechnik, speziell für das Klettern Outdoor in einem Klettergarten (1 Seillänge!)

Themen: Verhaltens-/Sicherheitsregeln im Klettergarten, ideale Sicherungsgeräte, richtiges Einhängen, Umfädeln, Abseilen, Sicherungsgeräte Abbinden, usw.

Voraussetzungen: Level II bzw. Nachweis stabiler Umgang beim Vorstiegssichern

Dauer/Anzahl: 2 Einheiten (Teil A – in Kletterhalle 6a (2h); Teil B – im Klettergarten (2h+) – Termine zu Teil A und B beliebig kombinierbar

Preis: Inkl. Sicherungsmaterialien 80€

★ **Teil A:**

- So. 24.4. 18 – 20h
- Fr. 13.5. 18 – 20h

(Kursleitung Bernhard & Steffi)

★ **Teil B:** im Rahmen des wöchentl. AV Weyer Felsklettern, immer

Dienstag Abend (Info bei Teil A)

(Kursleitung Bernhard)