

## Programm 2023/2024:

Tag	Ort	Aktivität
04.10.2023	K1 Kletterhalle	Auffrischung Knotenkunde
11.10.2023	K1 Kletterhalle	sicheres Klettern mit Sturztraining
18.10.2023	Steinblock Dornbirn	"auf Gefahren aufmerksam machen"
25.10.2023	K1 Kletterhalle	spielerisches Techniktraining
<b>01.11.2023</b>	<b>Herbstferien</b>	
08.11.2023	K1 Kletterhalle	Sicher sichern
15.11.2023	Steinblock Dornbirn	Bouldern "richtiges Fallen"
18.11.2023	<b>Ausflug:</b> Kletterhalle & Cambomare	Klettern & Schwimmen in Kempten
22.11.2023	K1 Kletterhalle	Sturztraining
29.11.2023	K1 Kletterhalle	Knotenkunde
06.12.2023	K1 Kletterhalle	Techniktraining
13.12.2023	Steinblock Dornbirn	Bouldern "richtiges Eindrehen"
20.12.2023	K1 Kletterhalle	Sicher Fallen in der Halle
<b>27.12.2023</b>	<b>Weihnachtsferien</b>	
<b>03.01.2024</b>	<b>Weihnachtsferien</b>	
10.01.2024	K1 Kletterhalle	Krafttraining
13.01.2024	<b>Ausflug:</b> KI Innsbruck	Klettern & Bouldern in Innsbruck
17.01.2024	K1 Kletterhalle	Sicher sichern
24.01.2024	Steinblock Dornbirn	Bouldern "Schleicher"
31.01.2024	K1 Kletterhalle	Techniktraining
<b>07.02.2024</b>	<b>Semersterferien</b>	
14.02.2024	K1 Kletterhalle	Sturztraining
21.02.2024	Steinblock Dornbirn	Bouldern "Balancetraining"
28.02.2024	K1 Kletterhalle	Bauchkrafttraining
06.03.2024	K1 Kletterhalle	Vorbereitung für den Fels - Teil 1
13.03.2024	Highmatrausch Dornbirn	Trampolinpark
20.03.2024	Steinblock Dornbirn	Bouldern - Knotenkunde Outdoor
<b>27.03.2024</b>	<b>Osterferien</b>	
03.04.2024	K1 Kletterhalle	richtiges Eindrehen
10.04.2024	Steinblock Dornbirn	Bouldern "richtiges Fallen"
17.04.2024	K1 Kletterhalle	Spieletag "Kletterspiele"
24.04.2024	K1 Kletterhalle	Mobilisation mit Yoga
<b>01.05.2024</b>	<b>Tag der Arbeit</b>	
08.05.2024	K1 Kletterhalle	Sturztraining
15.05.2024	Steinblock Dornbirn	Bouldern "Techniktraining"
22.05.2024	K1 Kletterhalle	Knotenkunde
29.05.2024	K1 Kletterhalle	Krafttraining
05.06.2024	K1 Kletterhalle	Sicher sichern
12.06.2024	Steinblock Dornbirn	Spieletag "Kletterspiele"
19.06.2024	K1 Kletterhalle	Abschlussklettern mit Teambuilding
<b>Saisonsende</b>		

