

Kletter Kurse

2018/2019



Du möchtest zu Klettern beginnen oder hast schon einen Kletterkurs absolviert und möchtest mehr über Sicherungstechnik (vor allem Anseilen, Sichern, Abseiltechnik) oder Klettertechnik lernen. Im jeweiligen Kurs hast Du genügend Zeit und Möglichkeit zum Üben. Am Naturfels klettern wir Touren bis max. Schwierigkeit UIAA IV+.

Wetterbedingte Änderungen vorbehalten! / Teilnahme auf eigene Gefahr!

Erläuterungen:

KT Klettertour

FB Führungsbeitrag

GZ Gehzeit (Zustieg)

Hm Höhenmeter zu Klettern

Wo:	Gem. Angabe
Wann:	Gem. Angabe
Wer:	AV-Mitglieder ab 16 Jahren
Wie viele:	Gem. Angabe
Kosten:	Gem. Angabe, Fahrtkostenanteil für Mitfahrer € 0,10/km/Mitfahrer
Treffpunkt:	Gem. Angabe; PKW Fahrt in Fahrgemeinschaften
Ausrüstung:	Ausrüstungsliste „Klettern II-IV“ sowie gem. Angabe
Voraussetzung:	AV-Mitgliedschaft, körperliche und mentale Gesundheit
Anmeldung:	Online oder in der Geschäftsstelle
Leitung:	Gem. Angabe

Es gelten die Teilnahmebedingungen der AV Sektion Graz für Veranstaltungen und Kurse in der letztgültigen Fassung.

Klettern und Steigen

Hallenklettern

Felsklettern

Alpinklettern

Klettersteig

Anfängerkurs
Halle

Anfängerkurs
Klettergarten

Anfängerkurs
Klettersteige

Aufbaukurs
Von der Halle in den Klettergarten

Aufbaukurs
Vom Klettergarten zu Mehrseillängentouren

Fortgeschr. Kurs
Alpinklettern

Fortgeschr. Kurs
Klettersteige

Spezialkurse
Behelfsmäßige Bergetechnik für alpines Gelände / Klettertechnik Update

Kletterkurs „Hallenklettern für Anfänger“

10. – 11. November 2018

Erlernen der Grundtechniken im Boulderraum und beim Klettern mit Seil. Ziel des Kurses ist das selbstständige Klettern im Vor- und Nachstieg, wobei größter Wert auf die Sicherheit gelegt wird.

Details: Grundlegende Klettertechniken, Seiltechnik für selbstständiges Klettern im Vor- und Nachstieg, die wichtigsten Sicherungsgeräte und richtiges Sichern, Vorstieg – Nachstieg – Top-Rope, richtiges Stürzen.

Kosten: FB € 80,- (inkl. Halleneintritt)

Anzahl: 4-9 Teilnehmer

Termin: CAC Halle Idlhofgasse 71, Graz. Je 10-17 Uhr. Treffpunkt: 10:00 Uhr Café-Bereich
Anmeldeschluss: 29. Oktober 2018 (Online)

Ausrüstung: Kletterschuhe, Klettergurt, Sicherungsgerät (Ausrüstung kann auch günstig in der Sektion Graz oder in der CAC-Halle ausgeliehen werden). Vorhandenes Seil mitbringen.

Leitung: Kurt Bach, Tel.: 0680/120 63 19, E-Mail: kurt.bach@pulsar.at

Kletterkurs „Hallenklettern für Anfänger“

02. – 03. Februar 2019

Erlernen der Grundtechniken im Boulderraum und beim Klettern mit Seil. Ziel des Kurses ist das selbstständige Klettern im Vor- und Nachstieg, wobei größter Wert auf die Sicherheit gelegt wird.

Details: Grundlegende Klettertechniken, Seiltechnik für selbstständiges Klettern im Vor- und Nachstieg, die wichtigsten Sicherungsgeräte und richtiges Sichern, Vorstieg – Nachstieg – Top-Rope, richtiges Stürzen.

Kosten: FB € 80,- (inkl. Halleneintritt)

Anzahl: 4-9 Teilnehmer

Termin: CAC Halle Idlhofgasse 71, Graz. Je 10-17 Uhr. Treffpunkt: 10:00 Uhr Café-Bereich
Anmeldeschluss: 21. Jänner 2019 (Online)

Ausrüstung: Kletterschuhe, Klettergurt, Sicherungsgerät (Ausrüstung kann auch günstig in der Sektion Graz oder in der CAC-Halle ausgeliehen werden). Vorhandenes Seil mitbringen.

Leitung: Kurt Bach, Tel.: 0680/120 63 19, E-Mail: kurt.bach@pulsar.at

Kletterkurs „Hallenklettern für Fortgeschrittene“

16. – 17. März 2019

Üben und Erlernen der Klettertechniken im Boulderraum und beim Klettern mit Seil. Klettern im Vorstieg mit Sturztraining im Vorstieg.

Details: Grundlegende Klettertechniken wiederholen und perfektionieren, statisches und dynamisches Klettern im Vor- und Nachstieg (Körperwelle, dynamisches Eindrehen, im Totpunkt greifen und steigen, Beckenimpuls, etc.), richtiges Stürzen und Sichern (körperdynamisches und gerätedynamisches Sichern, Stürzen im Vorstieg)

Kosten: FB € 80,- (inkl. Halleneintritt)

Anzahl: 4-8 Teilnehmer

Termin: CAC Halle Idlhofgasse 71, Graz
Anmeldeschluss: 04. März 2019 (Online)

Voraussetzung: Anfängerkurs oder Kletterniveau 4-5 UIAA

Ausrüstung: Kletterschuhe, Klettergurt, Sicherungsgerät (Ausrüstung kann auch günstig in der Sektion Graz oder in der CAC-Halle ausgeliehen werden). Vorhandenes Seil mitbringen.

Leitung: Kurt Bach, Tel.: 0680/120 63 19, E-Mail: kurt.bach@pulsar.at

Kletterkurs „Fortgeschrittene“ auf Kalymnos / Griechenland

Donnerstag, 20. - Dienstag, 25. Juni 2019

Üben und Erlernen der Klettertechniken im Fels. Klettern mit Seil – Toprope und Klettern im Vorstieg mit Sturztraining.

Details:

Beginn: Donnerstag um 9 Uhr, täglich ca. 4 - 5 Stunden Klettern in verschiedenen Klettersektoren mit verschiedenem Fels, Zustieg 15 bis 30 min, Kletterunterricht findet abwechselnd vormittags und nachmittags statt (damit man sich auch ausschlafen kann), teilweise Klettern direkt am Meer mit einer „Badepause“, Höhlenwanderung, kompakter Fels, gut abgesichert.

Grundlegende Klettertechniken wiederholen und perfektionieren, Klettern im Toprope-Modus, im Nachstieg und Vorstieg, richtiges Stürzen und Sichern (körperdynamisches und gerätedynamisches Sichern, Stürzen im Vorstieg); alpines Klettern (umbauen am Stand, selbst abseilen, etc.)

Kosten: FB € 290,- (exkl. Flug und Unterkunft)

Anzahl: 4-6 Teilnehmer

Termine & Treffpunkt: 09:00 Uhr in „Panormitis Studios“, Armeos (bei Massouri)

Anmeldung: Bis 31. März 2018 online oder in der Geschäftsstelle

Vorbereitung: Nach Terminabsprache mit den Teilnehmern

Voraussetzung: Grundkurs Klettern
Kletterniveau 4 - 5 (UIAA)

Ausrüstung: Kletterschuhe, Klettergurt, Helm, vorhandenes Sicherungsgerät und vorhandenes Seil mitbringen (mindestens 60 m)

Leitung: Kurt Bach, Tel.: 0680/120 36 19, E-Mail: kurt.bach@pulsar.at

Es gelten die Teilnahmebedingungen der AV Sektion Graz für Veranstaltungen und Kurse in der letztgültigen Fassung.