



Aufbaukurs

Aufbaukurs Vorstieg

Du interessierst Dich für das Klettern im Vorstieg? Du hast einen Grundkurs in der Halle oder am Fels absolviert und willst nun einen Schritt weiter? Wenn Du im Toprope bereits sicher im 4. Grad (UIAA) oder höher kletterst, dann kannst Du in diesem Kurs das Vorstiegsklettern (Leadclimbing) step by step erlernen. Bei Bedarf können einzelne Grundkursinhalte wiederholt werden. In aller Ruhe erarbeiten wir uns in der Gruppe das nötige Können und Fertigkeiten. Auch ein neuer Knoten kommt hinzu. Die ersten Übungen wie das Sichern mit Seilabgabe, Seil-Klippen usw. werden erst mal am Boden vermittelt und in Ruhe geübt. Wie bekommst Du das Seil möglichst schnell mit einer Hand eingehängt? Durch einen methodisch und den Trainer bei den einzelnen Lernzielen, hast Du genug Zeit zum üben und Selbstvertrauen aufzubauen. Hier bekommst Du auch technische und taktische Tips vermittelt, die es Dir ermöglichen, Deine ganz persönlichen Erfolge zu erreichen. Ein Sicherungsupdate über die aktuellsten Sicherungsgeräte und deren Vor- und Nachteilen, runden den Kurs ab. Wer möchte kann am Ende des Kurses den Kletterschein Vorstieg abnehmen lassen. Dies ist freiwillig und im Kurs mit inbegriffen.

Termine & Anmeldung: <http://www.verticalmoves.de/Aufbaukurse-Halle>

Kursdauer: 1 Tag ca. 6 Std.

Vorraussetzungen: Beherrschen der Partnersicherung (Toprope) und sichereres Klettern im 4. Grad (UIAA) ist obligatorisch. Keine gesundheitlichen Einschränkungen.

Ausrüstung: Klettergurt, Seil, Sicherungsgeräte und Karabiner
Kletterschuhe können an der Kasse geliehen werden.

Teilnahmegebühr: 69,00 € p. P. inkl. 19% MwSt
Inklusiv: Kletterausrüstung, DAV-Kletteraschein (Vorstieg) und einen Wertgutschein über 10,00 Euro für den nächsten Kurs oder Event bei Vertical Moves.
(Halleneintritt und Kletterschuhe sind exkl.)

10% Ermäßigung: für Schüler, Azubis, Studenten, DAV-Mitglieder

Kontakt: www.VerticalMoves.de

Info@VerticalMoves.de

Office: 06221 - 99 85 01 4

Mobil: 0176 - 41 04 38 39