



# Grundkurs

## Grundkurs Toprope

Hier bekommst Du umfassendes Grundwissen systematisch und professionell durch einen Klettertrainer didaktisch vermittelt. Schritt für Schritt erlernst Du die ersten Basics der Partnersicherung in der Gruppe. Du lernst Dich richtig im Kletterhallenbetrieb zu verhalten und bekommst einen Blick für die Gefahren und Risiken die ein Kletterbetrieb in der Halle mit sich bringen kann. Der Kursleiter begleitet Dich bei Deinen "Lernschritten" und steht Dir die ganze Zeit mit Rat und Tat zur Seite.

Dazu gehören auch Themen wie "ökonomisches Wandklettern" oder Griff- und Tritttechniken zu erlernen. Zwischendurch gibt es ergänzend Theorie und ausreichend Pausen. Am Ende des Kurses wirst Du bereichert mit neuem Wissen und Fähigkeiten Deinen Kletterschein in den Händen halten.

Ziel des Kurses ist, dass Du selbstständig und eigenverantwortlich in Kletterhallen Deinem Sport nachgehen kannst. Mit den neu erworbenem Wissen über Sicherungstechniken bist Du nun auch ein zuverlässiger Sicherungspartner.

- Termine:** <http://www.verticalmoves.de/Grundkurse-Halle>
- Kursdauer:** 1 Tag ca. 6 Std.
- Anforderungen:** Keine Vorkenntnisse nötig; allgemeine Sportlichkeit ohne Bewegungseinschränkungen
- Ausrüstung:** Klettergurt, Sicherungsgeräte, Karabiner sind in den Teilnahmegebühren enthalten. Kletterschuhe können in der Halle geliehen werden.
- Teilnahmegebühr:** 69,00 € inkl. 19 % MwSt  
**Inklusiv:** Kletterausrüstung, DAV-Kletterschein (Toprope) und ein Wertgutschein über 10,- Euro für den nächsten Kurs oder Event bei Vertical Moves. (Halleneintritt und Kletterschuhe sind exkl.)
- 10% Ermäßigung:** für Schüler, Azubis, Studenten, DAV-Mitglieder

**Infos:** [www.VerticalMoves.de](http://www.VerticalMoves.de)  
Info@VerticalMoves.de  
Office: +49 (0) 6221 - 99 85 01 4  
Mobil: +49 (0) 0176 - 41 04 38 39