



Bezirk Oberfranken
Fachgruppe Bergsport
Ralf Eisenbeiß
Mobil: 015223942697
E-Mail: ralf Eisenbeiss@t-online.de
Thomas Bösl
Mobil : 017632302750
E-Mail : thomasboesl@t-online.de

Grundkurs Sportklettern „BASIC“ Toprope

Der Kurs für Einsteiger – Klettern am Seil unter fachkundiger Anleitung eines erfahrenen Klettertrainers, sowie Erlernen des richtigen Sicherns im Toprope.

- Kursziel: Erwerb des Kletterscheins „Basic“ Toprope Indoor
- Dauer: 3 x 3 Std. (3 Kurstage), 4 – 6 Teilnehmer
- Ort: Kletterhalle hier im WellundFit
- Wann: siehe Anmeldeleiste
- Kursinhalt: gem. Kletterschein: Kletterregeln, Gurt anlegen, Einbinden ins Seil, Einbinden mit Karabiner, Partnercheck, Toprope Sichern, Seilkommandos, Ablassen, kontrolliertes „Stürzen“ am Seil, Überprüfung der Inhalte
- Preise:
- | | |
|------------------------------------|---------|
| Mitglieder Naturfreunde Erwachsene | 60 Euro |
| Studenten/ Jugend Naturfreunde | 45 Euro |
| Erwachsene Nichtmitglieder | 80 Euro |
| Studenten/ Jugend „Gast“ | 60 Euro |

Mitzubringen sind bequeme Sportkleidung (am besten lange Hose) und Turnschuhe.

Vorkenntnisse sind keine nötig, nur Lust aufs Klettern!

Mindestalter: 12 Jahre

Im Kurspreis inbegriffen sind alle Leihgebühren für Gurte, Schuhe etc. sowie beide Halleneintritte. Gerne könnt ihr natürlich auch euer eigenes Material mitbringen.