

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Kurs: Klettersteigen für Einsteiger:innen (Stufe 1)

AUSBILDUNGSKURS: SICHER DURCH DIE WAND (CH) | 2 TAGE

Klettersteigen ist faszinierend. Scheinbar mühelos können senkrechte Felswände bezwungen werden. Andermatt bietet ideale Möglichkeiten für diesen Ausbildungskurs und einen fundierten Einstieg in die spektakuläre Sportart.

JETZT BUCHEN (<https://alpineschool.skischool.shop/detail/article/kurs-klettersteigen-fuer-einsteigerinnen-stufe-1/>)

Preis ab CHF 465.00 pro Person

Unsere Termine:

22.06.2024 - 23.06.2024

21.09.2024 - 22.09.2024

12.10.2024 - 13.10.2024

Inhalt

- Umgang und richtiger Einsatz der Sicherheitsausrüstung
- Techniken zum kraftsparenden Gehen an Klettersteigen
- Ausrüstungs- und Materialkunde
- Tourenplanung und Schwierigkeitsbewertungen auf Klettersteigen
- Alpine Gefahren

Ziel

Nach diesem Kurs bist du mit den Grundlagen des Klettersteigens vertraut und kannst selbständig leichte Klettersteige unternehmen oder an einem weiterführenden Programm teilnehmen.

Technik

Stufe 1

- Keine Vorkenntnisse erforderlich
- Absicherung: sehr gut, künstliche Haltepunkte (Stifte, Leitern, ...)
- Gelände: kurze, exponierte senkrechte Passagen (K 1 - 2)

Kondition

Stufe 1

- Gehzeit von ungefähr 2 - 5 h
- Bis 700 hm
- 250 hm / Stunde

Treffpunkt

9:30 Uhr Andermatt Imholz Sport Piazza Gottardo (Zugankunft 9:24 Uhr Bahnhof Andermatt)

Ende des Kurses

ca. 16.00 Uhr am Ausgangsort

Leistungen

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Inklusive

- Führung und Betreuung durch dipl. Bergführer/in
- Mietmaterial
- Beitrag zum Reisegarantie Fonds (0,25% auf Gesamtbetrag)

Exklusive

- Anreise
- Transporte (evtl. Bahnfahrt)
- Unterkunft
- Zwischenverpflegung und Getränke

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Programm

- Tag 1** Nach der Begrüssung und dem Verteilen vom Mietmaterial informiert dich der Bergführer über das Kursprogramm. Und schon geht es an den ersten Klettersteig. Hier werden dir vom Bergführer die Grundlagen und wichtigsten Kenntnisse des Klettersteigens vermittelt.
- Tag 2** Auch heute packst du wieder kräftig zu und kannst das Erlernte in die Praxis umsetzen. Der Klettersteig Diavolo in Andermatt bietet die optimale Gelegenheit dafür.

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Technische Ausrüstung

- ☐ Tourenrucksack ca. 30l
- ☐ Helm
- ☐ Anseilgurt
- ☐ Klettersteigset

Bekleidung

- ☐ Windjacke (wind- und wasserabweisend, bspw. Gore-Tex)
- ☐ Leichte Überhose (wind- und wasserabweisend, bspw. Gore-Tex)
- ☐ Softshelljacke
- ☐ Berghose
- ☐ Insulation (bspw. leichte Daunenjacke)
- ☐ Funktionsunterwäsche (kurz/lang)
- ☐ Wechselwäsche
- ☐ Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- ☐ Handschuhe (1 Paar)
- ☐ Klettersteighandschuhe (wenn vorhanden)
- ☐ Mütze / Sonnenhut
- ☐ Wasserabweisende Trekking- oder Bergschuhe mit starker, trittfester Sohle und stabilem Schaft (ausreichender Knöchelschutz)

Verpflegung

- ☐ Tee und Lunch muss selber mitgenommen oder kann im Dorf gekauft werden
- ☐ Zwischenverpflegung (z.B. Riegel, Trockenfrüchte, Trockenfleisch)

Diverses

- ☐ Sonnen- und Lippencreme (LSF 30 oder mehr)
- ☐ Sonnenbrille und -schutz (hochwertige Gläser)
- ☐ Thermosflasche (aus bruchfestem Material)
- ☐ kleine Apotheke für den persönlichen Bedarf
- ☐ ev. Fotoapparat und Fernglas