



Deutscher Alpenverein

Sektion Kassel

Ausbildung und Touren

Programm

2017



Kletterkurse

Klettertouren

Bersteiger Ausbildung

Hochtouren

Schneeschuhtouren

1. Hilfe Kurs

Bergsteiger Grundkurs Kurs Nr. 210217

An drei Theorieabenden, einem Kletterpraxisabend und einem Wochenende werden die folgende Kenntnisse vermittelt: Unser Verein und seine Gruppen Material und Ausrüstung Knotenkunde Wetterkunde (Wetterlagen bestimmen, Aufbau von Hoch- u. Tiefdruckgebieten, Verhalten bei Gewitter) Orientierung (Umgang mit Karte und Kompass) Klettern (Seil- u. Sicherungstechnik in der Kletterhalle)

Kompaktausbildung im Thüringer Wald
Vertiefen der Grundkenntnisse in der Praxis und im Gelände einfache Klettertechniken Tourenplanung mit Wegetabelle und Zeitplan einfache Rettungstechniken Klettern und Abseilen



Termine:
Di. 21.02.2017 um 19.30 Uhr Vorstellung und Ausrüstung
Di./ Do. 28.02./02.03.2017 um 18.30 Uhr (Kursteilnahme nur an einem Abend)
Di. 07.03.2017 um 19.30 Uhr Wetterkunde
Di. 14.03.2017 um 19.30 Uhr Orientierung
So. 19.03.2017 um 9.00 Uhr Hoher Dörnberg/Praxis Orientierung
Fr.-So. 20.-23.04.2017 Wochenende Thüringer Wald

Ort: Vereinsräume / Kletterhalle / Klettergarten

Teilnehmerzahl: ab 6 Teilnehmer

Voraussetzungen: keine

Kursgebühr*: 140,00€ incl. Lehrbuch Seil-u. Sicherungstechnik

Anmeldeschluss: 16. Februar 2017

Kursleitung: Holger Winning Tel. 056061540

Bergsteiger Aufbaukurs Kurs Nr. 210617

Die erlernten Kenntnisse aus dem Grundkurs werden hier im hochalpinen Gelände der Kassel-Hütte in den Zillertaler Alpen in der Praxis eingesetzt.

Die erste Orientierungswanderung führt uns ins Sonntagskar

Gehen im weglosen Gelände

Rutschtechnik im Schnee

Planung der Touren zu Grüne Wand (2.970 m) und Wollbachspitze (3.210 m)

Kondition für 6-7 Stunden Gehen am Tag sollte vorhanden sein.



Termin: 21.-25.06.2017

Ort: Kasseler Hütte

Voraussetzungen: Bergsteiger Grundkurs oder gleichwertige Ausbildung

Anforderungen: 6-7 Std. gehen am Tag

Kursgebühr*: 160.- €

Kursleiter: Holger Winning Tel. 056061540

Anmeldeschluss: 29.05.2017

Vorbesprechung: 12.06.2017

Bergrettung Kurs Nr. 010617

Dieser Kurs richtet sich an alle Personen, die kletternd, extrem wandernd oder auf Hochtouren unterwegs sind. Hilfflosigkeit kann den eigenen Tod oder das Verschulden für den Tod Anderer bedeuten.

Organisierte Rettung ist im Gebirge immer nur die Folgehandlung. Jeder Bergsteiger muss am Unfallort ERSTE HILFE leisten können.

Einen Verletzten in gefahrloses Gelände transportieren zu können, gehört uneingeschränkt zur menschlichen Grundlage des Bergsteigens.

**** Bedenke , auch Dich kann es irgendwann treffen- ****

**** Hoffe, dass jemand da ist, der sofort helfen kann.****

Inhalte: Ihr erlernt die Handhabung der wesentlichen Bergungsmethoden im alpinen Gelände. z.B. Behelfsmäßiges Abseilen eines Leichtverletzten, Einmannbergung, Aufbau und Handhabung des Flaschenzug -Modell* Schweiz mit Gardaschlinge* und Seilsitz.

Information und Vorbesprechung: Donnerstag, 1. Juni 2017 um 17:00 Uhr in der Geschäftsstelle

Praxis: Samstag, 10. Juni 2017 in Veilbronn (Fränkische Schweiz)

Ausrüstung: Sitzgurt, Brustkurt, Kletterhelm, Klettersteigset, 1 Bandschlinge 20 mm breit und 1,40 m lang, 2 Schraubkarabiner
Die Sektion kann auch verschiedene Gegenstände in begrenztem Umfang ausleihen.

Kosten*: 35 Euro

Teilnehmerzahl: 6 Personen

Bemerkungen: Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich

Leitung: Gerhard Dennerlein DAV Trainer C und aktiver Bergwachtmann

Hochtourenkurs in der Silvretta Kurs Nr. 240617

Die blaue Silvretta ist eine Gebirgsgruppe in der tolle Gipfel im Dreitausenderbereich bestiegen werden können wie z.B. die formschöne Dreiländerspitze und der berühmteste Berg der Silvretta, der Piz Buin, 3.312 m. Die ideal gelegene und einfach

zu erreichende Wiesbadener Hütte eignet sich hervorragend für diesen Kurs. Neben der Vermittlung von elementarem Grundwissen gehören auch hochalpine Touren mit Gipfelbesteigungen zum Programm dieser Kurstage.



Termin: vom 24. - 28.6. 2017

Zielgruppe und Anforderungen: Der Kurs richtet sich an Hochtoureneinsteiger, die bereits Erfahrungen im alpinen Gelände gesammelt haben (Bergsteigerkurs von Vorteil) und sich selbstständig in die Gletscherwelt vorwagen möchten, sowie an Fortgeschrittene die Ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Du sollst eine gute Kondition für 8 Stunden Gehzeit und 1000 Hm im Auf- und Abstieg mitbringen, trittsicher und schwindelfrei sein.

Stützpunkt: Wiesbadener Hütte (www.wiesbadener-hütte.com) 2.443 m

Kursinhalte: Gehen im vergletscherten Gelände, Seil und Sicherungstechnik in Eis und Fels, Umgang mit Pickel und Steigeisen, Techniken im Eis bis 35° Steilheit, klettern im hochalpinen Fels bis zum 2. Schwie-

rigkeitsgrad, Gletscherspaltenbergung, alpine Gefahren, Tourenplanung

Ausrüstung: Pickel, Steigeisen und Gurt (kann von der DAV Sektion Kassel ausgeliehen werden), steigeisenfeste Bergschuhe, usw. Eine detaillierte Aufstellung gibt es bei der Vorbesprechung.

Kursgebühr*: 190,-€

Teilnehmerzahl: min. 6 – max. 8

Kursleiter: Ralf Günther (Trainer Berg- und Skibergsteigen) Franz Vorsmann (Trainer Bergsteigen)

Anmeldeschluss: am 29.05.2017
Vorbesprechung: am 30.05.2017 um 19:00 Uhr im Kletterzentrum Nordhessen

Rückfragen gern unter: ralf.guenther@autohaus.de oder 01716747007

Klettersteigkurs I und II Kurs Nr. 110617

Das Begehen der Klettersteige „Noris- und Höhenglücksteig“ im Hirschbachtal/Frankenalb (Hersbrucker Schweiz) richtet sich an alle Bergsteiger, die ganz schnell den Berg hinauf wollen. Denn dank Eisenleitern, Stufen, Klammern und Stahlseilen wird am Klettersteig aus jedem schwindelfreien Einsteiger ein echter Gipfelstürmer. Klettersteiggehen ist ein Spiel aus Vertrauen, Technik, Kraft und Mut! Das Hirschbachtal liegt 40 km östlich von Nürnberg und bietet mit seinen Dolomitenfelsen eine „Fränkische Via Ferrata“ klein aber fein.

Er gliedert sich in drei Abschnitten unterschiedlicher Schwierigkeit und ist schwerer als der Norissteig! Der 3. Abschnitt ist die „Königsetappe“ und erfordert hohes Können, viel Kraft, Ausdauer und Trittsicherheit. Dieser alpine Steig gehört zu den schwersten in Deutschland und ist ein ideales Training für die schwierigen Dolomitensteige. Allerdings können die schwersten Passagen auch umgangen werden.

Inhalte: Kurs I vermittelt die Grundkenntnisse des alpinen Gehens. Richtiges Verbinden von Sitz- und Brustgurt. Verwendung und richtige Anwendung des Klettersteigsets. Kurs II vermittelt die Grundkenntnisse des alpinen Kletterns (Dreipunkttechnik) und Abseilen. Seilversicherung eines Quergangs oder Abstieges mit entsprechenden Fixpunkten.

Grödnertal und die Vertiefung der vorhandenen Kenntnisse aus Kurs I.

Information und Vorbesprechung: Donnerstag, 1. Juni 2017 um 18:00 Uhr in der Geschäftsstelle

Praxis: Sonntag, 11. Juni 2017 in Fischbrunn und Montag, 12. Juni 2017 in Hirschbach

Ausrüstung: Sitz- und Brustgurt, Kletterhelm, Klettersteigset, 1 Bandschlinge 20 mm breit und 1,40 m lang, 2 Schraubkarabiner, 1 Prusikschlinge 5 mm stark, ca. 1,2 m lang. Die Sektion kann auch verschiedene Gegenstände in begrenztem Umfang ausleihen.

Kosten: 65 Euro

Teilnehmerzahl: 6 Personen

Bemerkungen: Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich

Leitung: Gerhard Dennerlein DAV Trainer C und aktiver Bergwachtmann



Klettersteig II (Höhenglücksteig)

*Die persönlichen Fahrtkosten sowie die auf Hütten oder in anderen Quartieren für Übernachtung, Verpflegung usw. anfallenden Kosten sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Die Anmeldung zu allen unseren Kursen und Touren erfolgt zu den bekanntesten Öffnungszeiten in unserer Geschäftsstelle. Ein Anmeldeformular kann auf unserer Internetseite unter Ausbildung / Kurse heruntergeladen werden.

*Die persönlichen Fahrtkosten sowie die auf Hütten oder in anderen Quartieren für Übernachtung, Verpflegung usw. anfallenden Kosten sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Die Anmeldung zu allen unseren Kursen und Touren erfolgt zu den bekanntesten Öffnungszeiten in unserer Geschäftsstelle. Ein Anmeldeformular kann auf unserer Internetseite unter Ausbildung / Kurse heruntergeladen werden.

Kurs Nr. 240717 Eine Woche Klettern in den Franken

Dieser Kurs ist geöffnet für Kletterer die bereits Vorerfahrungen am Fels haben und diese vertiefen und ausbauen möchten, sowie für Solche die noch nie am Fels waren, aber Indoor Vorstiegserfahrung haben. Hier wird eine Woche intensiv trainiert, indem wir vor allem klettern, klettern, klettern. Mit Jedem wird an seinem Niveau gearbeitet. Für den einen heißt das erste Erfahrungen am Fels zu machen, sich an das neue Gelände zu gewöhnen und neue Sicherheitsaspekte wie das einhängen von Exen, das Umbauen, einrichten von Topropes zu erlernen, für andere am Fels angeleitet zu Projektieren oder Technisch und Taktisch weiter zu kommen. Auch bei diesem Kurs ist der Erwerb des Outdoor Kletterscheins des DAV möglich! Wir sind untergebracht im Gasthof zur Guten Einkehr. Morschreuth ist der ideale Ausgangspunkt, wo wir sogar an regnerischen Tagen Möglich-

keiten finden werden am Fels aktiv zu sein. Ausdauerklettere sowie kurze Krafttoure alles in kurzer Zeit erreichbar. Neben ausgiebigem Klettern werden wir die Möglichkeit der lokalen Küche und Brauere durch die Halbpension gut nutzen können. Es gibt wahlweise die Option zu campen oder in einem 2-Bettzimmer zu nächtigen.

Termin: 24-30.7.2016

Voraussetzung: Vorstiegschein indoor + sicheres beherrschen des 5. Grades

Teilnehmer: 4-10

Kosten*: 200€ Kurs

Zuzüglich: Anfahrt + 6€/25€ Übernachtung (campen/ 2 Bettzimmer) + 22€ Halbpension mit Vesper

Trainer: Jana Buchmann, Daniel Abid

Kurs Nr. 280517 Von 6 nach 7 – Klettertraining im Frankenjura

Du kletterst gerne am Fels? Du sicherst deinen Seilpartner souverän im Vorstieg? Du beherrschst den sechsten UIAA Schwierigkeitsgrad? Du möchtest deine Klettertechnik verbessern? Du willst Vorstiegsängste abbauen und deine Kletterpsyche stärken? Du bist interessiert an abwechslungsreichem Ausgleichstraining?

Termin: 28.- 31. Mai 2017

Teilnehmerzahl: 5

Gebühr*: 100,- €

Leitung : Maik Teichmüller

Anmeldeschluss: 1. Mai 2017



1. Hilfe-Kurs 2017

Kurs Nr. 040317H

Angesichts zahlreicher Unfälle in den letzten Jahren in den nahen und fernen Bergen, in Kletterhallen und -gärten, zunehmend auch in Klettersteigen bleibt das Thema Sicherheit in den Bergen auf der Tagesordnung. Wir wollen uns also fit machen nicht nur durch Erlernen notwendiger Sicherungstechniken in entsprechenden Ausbildungskursen zur Prävention und Vermeidung von Unfällen und Schädigungen, sondern auch durch Erlernen von Sofortmaßnahmen bei und nach Unfällen und Verletzungen in den Bergen und anderswo. Daher veranstalten wir nach 2 Jahren wieder einen 1. Hilfe-Kurs.

ZIELGRUPPE: Wir sprechen mit diesem Kurs alle sich (eigen) verantwortlich fühlenden Menschen an: Berg-/Wanderer, Bergsteiger, Kletterer, 1.Hilfe-Fortgeschrittene, die ihr Wissen auffrischen, aktualisieren und eventuell auch nach neuesten Erkenntnissen korrigieren wol-

len, aber auch 1.Hilfe-Anfänger, die von notwendigem „Tuten und Blasen“ noch keine Ahnung haben oder den Schein (Teilnahmebestätigung) brauchen. Teilnahmevoraussetzung ist die Mitgliedschaft in der Sektion Kassel des DAV.

INHALTE: Neben 1. Hilfe-Maßnahmen im Alltag gehen wir auch auf Verletzungen und Unfälle bei der Ausübung unseres Berg-/Sports ein.

AUSBILDER: René Kerkmann
ORGANISATION: Arnulf Wigand

ZEIT: Samstag, 4. März, 10:00-16:00 Uhr, und Sonntag, 5. März 2017, 10:00-15:00 Uhr.

ORT: in den Räumen unserer Geschäftsstelle

KOSTEN: 35,- €, zu zahlen bei Kursbeginn

ANMELDUNG: Verbindliche Anmeldung und notwendige

Eintragung in die TeilnehmerInnen-Liste sind möglich an den Gruppenabenden von BEST (Gruppe BErgSTEigen/Bergwandern) im Januar 2017. In der Liste muss man ankreuzen, ob man eine Teilnahmebestätigung bekommen möchte, da man dann bestimmte praktische Maßnahmen im Kurs ausführen und üben muss. Möglich ist auch bis zum 25.01.2017 eine verbindliche

Anmeldung zum Kurs mit der Verpflichtung zur Zahlung des Teilnehmerbeitrages per Email an: arnulf.wigand@caritas-kassel.de. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher frühzeitig anmelden!

INFO: für nähere Auskünfte stehe ich gern zur Verfügung. Arnulf Wigand, Tel.: 0561 / 310 93 52.



*Die persönlichen Fahrtkosten sowie die auf Hütten oder in anderen Quartieren für Übernachtung, Verpflegung usw. anfallenden Kosten sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Die Anmeldung zu allen unseren Kursen und Touren erfolgt zu den bekannten Öffnungszeiten in unserer Geschäftsstelle. Ein Anmeldeformular kann auf unserer Internetseite unter Ausbildung / Kurse heruntergeladen werden.

Klettern in Südfrankreich

Kurs Nr. 090717

Baguette, Käse, Sonne und Wein laden dich in die Provence ein. Bestens abgesicherte Plaisirrouten ab dem fünften Schwierigkeitsgrad über dem französischen Flair von Orpierre ist die beste Umgebung um am Fels sein Kletterkönnen zu verbessern und seinen Urlaub zu genießen!

Der Kursplan wird nach Wünschen und Vorkenntnissen der Kursteilnehmer zusammengestellt. Gerne begleiten wir euch bei euren ersten Kletterversuchen am Fels, nehmen bei Interesse auch den DAV-Outdoorschein ab oder unterstützen euch, wenn ihr schon selbstständig am Fels klettern könnt. Wenn euch fünf Klettertage zu viel sind, gibt es in der Umgebung von Orpierre reichlich Möglichkeiten, um sich einen Tag von seinen dicken Armen zu erholen. Hier sind alle Bergsportaktivitäten möglich, die man sich vorstellen kann! Nicht zu vergessen die abendliche Abkühlung im Bergbach!!!

Termin: So., 09.07.17-15.07.17

Teilnehmerzahl: 6-10 Personen

Voraussetzungen: Sicheres Klettern im fünften Schwierigkeitsgrad; Selbständiges Klettern und Sichern im Vorstieg in der Halle

Unterkunft: Camping „Les Catoyes“, Orpierre

Kosten*: 200,-€/Person

Kursleiter: Silvia Kaestner, David Umbach

Anmeldeschluss: 30.05.17

Vorbereitung: 07.06.17, 19 Uhr, Kletterzentrum Nordhessen



Felsklettern rund um KS - Vorstieg

Vorstieg in der Kletterhalle, kein Problem! Aber das Vorsteigen am Fels gelingt Dir und/oder Deinem Kletterpartner noch nicht? In diesem Kurs geht es speziell um das Vorsteigen am Fels. Dazu gehören die richtige Seilführung, Routeneinschätzung und Materialkunde. Außerdem lernst Du Risiken auszuschließen, anspruchsvolle Sicherungssituation zu meistern und selbstbewusster zu klettern. Somit steht dem eigenen Sportklettern am Fels nichts mehr im Wege.

Termine: 20+21.05.2017 200517
17+18.06.2017 170617
19+20.08.2017 190817
Individuelle Termine nach Absprache möglich.

Voraussetzung: min. 14 Lebensjahr, Vorstiegschein oder Vergleichbare Klettererfahrung mit Vorstiegsicherung, Sicheres Klettern im 5. Grad (Kletterhalle), Grundtechniken Felsklettern (Um-, Abbauen, Abseilen,.....)

Teilnehmerzahl: min. 4 – max 8

Kursgebühr*: 85,-€/Person

Kursleiter: Chris Tonn (avarsir@gmx.de)
David Umbach (david.umbach89@googlemail.com)



Felsklettern rund um Kassel

Du möchtest Deine ersten Züge am Fels machen, willst unter Anweisung neue Techniken für den Fels gelehrt bekommen? Dieser Kurs gibt Dir die Möglichkeit Dein Kletterkönnen am Fels unter Beweis zu stellen, oder schon erlerntes wieder in Erinnerung zu rufen. In diesen zwei Tagen lernst Du wie man am Fels ein Toprope einrichtet, Um.-Abbau und Abseilt. Nach diesem Kurs kannst Du eigenständig Toprope am Fels klettern.

Termine: 29+30.04.2017 290417
27+28.05.2017 270517
24+25.06.2017 240617
26+27.08.2017 260817
23+24.09.2017 230917
Individuelle Termine nach Absprache möglich.

Voraussetzung: min. 14 Lebensjahr, Vorstiegschein oder Vergleichbare Klettererfahrung mit Vorstiegsicherung, Sicheres Klettern im 5. Grad (Kletterhalle), Grundtechniken Felsklettern (Um-, Abbauen, Abseilen,.....)

Teilnehmerzahl: min. 4 – max 8

Kursgebühr*: 60,-€/Person

Kursleiter: David Umbach (david.umbach89@googlemail.com)



*Die persönlichen Fahrtkosten sowie die auf Hütten oder in anderen Quartieren für Übernachtung, Verpflegung usw. anfallenden Kosten sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Die Anmeldung zu allen unseren Kursen und Touren erfolgt zu den bekannten Öffnungszeiten in unserer Geschäftsstelle. Ein Anmeldeformular kann auf unserer Internetseite unter Ausbildung / Kurse heruntergeladen werden.

Skitourenkurs in den Kitzbüheler Alpen

Skifahren ist in Kitzbühel nicht nur wegen der sagenhaften Streiff ein Begriff. Auch Skitourengeher kommen hier auf ihre Kosten, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener. Neben Kitzbühel locken auch die zahlreichen Nachbarorte, wie Kelchsau, Wörgl, Hopfgarten u.a. mit tollen Hängen und zahlreichen Varianten die Skitourengeher aus nah und fern an. Die Topografie wird durch überwiegend sanfte Gras- und Waldberge geprägt, damit sind die Kitzbüheler Alpen für uns wie geschaffen, um Grundlagen des Tourenge-

hens zu erlernen. Eine fundierte Lawinenausbildung ist abseits der Piste im freien Gelände ein absolutes MUSS. Wir verbinden Theorie und Praxis in einfachen bis mittelschweren Skitouren. Unzählige Tourenmöglichkeiten bieten perfekte Skitourengipfel. Von oben kann man einen herrlichen Rundblick auf die Hohen Tauern (inklusive Großglockner und Großvenediger), das Kitzbüheler Horn, den Wilden Kaiser und die nicht minder schönen Loferer und Leoganger Steinberge genießen.

Termin: vom 04. - 08.2. 2017

Zielgruppe und Anforderungen: Der Skitourenkurs richtet sich an Einsteiger sowie an Fortgeschrittene die Ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Du sollst eine gute Skitechnik auf der Piste mitbringen und erste Erfahrungen im Tiefschnee gesammelt haben, sowie eine gute Kondition für 1000 Hm im Aufstieg und in der Abfahrt haben.

Stützpunkt: Der Ort und die Unterkunft werden bei der Vorbesprechung festgelegt.

Kursinhalte: LVS Training, Spurlage, Spitzkehren, Tourenplanung mit Lawinenlagebericht und Snow-Card

Ausrüstung: Tourenski mit Tourenbindung, Harscheisen und

Steigfellen, Skitourenschuhe, Digitales LVS Gerät, Lawinensonde und Schaufel (Ausrüstung kann vor Ort ausgeliehen werden)

Kursgebühr*: 175,-€

Teilnehmerzahl: min. 4 – max 6

Kursleiter: Ralf Günther (Trainer Berg- und Skibergsteigen)

Anmeldeschluss: am 16.01.2017

Vorbesprechung: am 17.01.2017 um 19:00 Uhr im Kletterzentrum Nordhessen

Rückfragen gern unter: ralf.guenther@guenther-autohaus.de oder 01716747007



Kompaktkurs Skitouren in der Silvretta – Fortgeschrittenen Skitourencamp auf der Heidelberger Hütte mit Durchquerungsoption

Dieser Kurs richtet sich an den fortgeschrittenen Skitourenenthusiast, der mal von einer coolen Berghütte direkt - und ohne Umwege - tolle Skitouren unternehmen will. Die ersten Tage gehen wir Touren direkt von der Hütte bis auf Gipfel um 3.000 Meter Höhe an. Wir suchen den besten Schnee und kommen wieder zurück zur Heidelberger Hütte (2.260 M.ü.M.). Dieser Teil der Tourenwoche endet am Mittwoch.

Wer mag, für den geht's ab Mittwoch weiter. Wir beginnen eine kleine Durchquerung durch die „blaue Silvretta“, über Jamtalhütte und Wiesbadener Hütte zur Bieler Höhe. Dort stehen die großen Gipfel dieses Gebirges in Reihe und beim Piz Buin benötigt man mehr als gute Sonnencreme. Eine Durchquerung können wir jedoch nur bei günstigen Verhältnissen wagen.

Termin:
Teil 1 04.03.2017 bis 08.03.2017
Teil 2 08.03.2017 bis 11.03.2017
Erweiterungsmöglichkeit für eine Durchquerung

Persönliche Voraussetzungen: Du hast schon Skitouren unternommen. Kannst also in jeder Schneeart runterfahren und weißt auch wie eine Spitzkehre geht und wie man die Ski im Aufstieg „bedient“. Du hast eine Kondition für Aufstiege von 1000 Höhenmetern. Im Teil 2 benötigst Du noch eine bessere Kondition(!), da wir ja unser minimiertes Gepäck im Rucksack mitführen und weil eine Durchquerung immer anspruchsvoller ist. Daher ist für dich ein permanentes Konditionstraining eine Selbstverständlichkeit. Hast Du Zweifel? Dann melde dich einfach bei mir.

Kosten*:
Teil 1 200,00 Euro
Teil 2 200,00 Euro
(Teil 2 kann nur in Verbindung mit dem 1. Teil gebucht werden)

Sonstiges: Eine persönliche Skitourenausrüstung sollte vorhanden sein, kann aber sicherlich im Talort Ischgl geliehen bzw. ergänzt werden

Vorbesprechung: Montag, 27.02.2016 um 18:00 Uhr in der Kletterhalle des DAV Kassel, Johanna-Wäscher-Straße 4, Kassel

Tourenleiter: Manuel Sauer, Trainer Berg-und Skibergsteigen, Mobil 0151-62848488, manuellarsauer@gmail.com

Der Kurs ist auf 8 Teilnehmer begrenzt. Um die Hütten zu buchen, ist es erforderlich, dass Du dich bis zum 31.01.17 im Sektionsbüro anmeldest. Bitte gebe an, ob du beide Teile oder nur den ersten Teil buchst. Alle TN erhalten nach Anmeldung eine aussagekräftige Kursplanung



*Die persönlichen Fahrtkosten sowie die auf Hütten oder in anderen Quartieren für Übernachtung, Verpflegung usw. anfallenden Kosten sind in der Kursgebühr nicht enthalten. Die Anmeldung zu allen unseren Kursen und Touren erfolgt zu den bekannten Öffnungszeiten in unserer Geschäftsstelle. Ein Anmeldeformular kann auf unserer Internetseite unter Ausbildung / Kurse heruntergeladen werden.