



Deutscher Alpenverein

Sektion Kassel

Ausbildung und Touren

Programm 2012

Kletterkurse

Klettertouren

Bersteiger Ausbildung

Hochtouren

Klettersteige

geführte Wanderungen

Schneeschuhtouren

Inhaltsverzeichnis

	Seite		Seite
50 km -Wanderung	27	Klettern am Fels / selbst absichern	30
Bergwanderung		Klettern am Fels / in gesicherten Routen	30
von der Alten zur neuen Kasseler Hütte	27	Klettern auf Sardinien	31
Sternwanderung 125 km	27	Klettern in der fränkischen Schweiz	31
Hohe Gipfelziele in den Zillertaler Alpen	28	Kurse im Kletterzentrum Nordhessen	
Bergsteiger Grundkurs	28	Einsteigerkurs	32
Bergsteiger Aufbaukurs	28	Probeklettern	32
Zillertaler Runde / Berliner Höhenweg	29	Familienkurs	33
Dolomiten - Klettersteige	29	Vorstiegskurs	33
Schneeschuhtouren	29	Boulderkurs I	33
Klettersteigkurs in den Allgäuer Alpen	30	Klettertechnik I	33

50 km-Wanderung von der Weser zur Fulda

durch **Brahm- & Reinhardswald**
am **Samstag (I), 14. April 2012**

Anlässlich unseres 125 jährigen Vereinsjubiläums wollen wir die Wanderung sportlich ausrichten, Ihr solltet in der Lage sein, 5 km / Std. zu gehen.

Als Erinnerung erhält jeder Teilnehmer (der sich bis zum 11. März 2012 angemeldet hat) ein Jubiläums-T-Shirt. Bitte bei der Anmeldung die Größe angeben.!

Zusätzlich bekommt jeder Finisher noch eine Urkunde.

Die Kosten* für Busfahrt zum Ausgangspunkt, Mittagessen (Eintopf), Kaffee & Kuchen und T-Shirt werden rechtzeitig im Netz veröffentlicht.

Maximale Teilnehmerzahl: 50 Personen.

Anmeldung: ab 3. Januar 2012 bis 11. März 2012 bei Ina Kraus & Klaus Kwaschne-

ck Tel.: 05673 / 920001 oder an den Gruppenabenden der Gruppe Bergwandern/Bergsteigen.

Wir bitten um Euer Verständnis, dass wir nur Personen auf die Teilnehmerliste setzen, die im Voraus das Geld überwiesen oder beim Gruppenabend bezahlt haben.

Auf eigene Rechnung besteht noch die Möglichkeit, dass wir nach Ende der Wanderung in einen Landgasthof einkehren und gut bürgerlich essen. Zwecks rechtzeitiger Reservierung bitten wir auch hier um verbindliche Anmeldung. Ina & Klaus



Bergwanderung von der Alten zur Neuen Kasseler Hütte

mit Winfried Klug anlässlich unserer dortigen Jubiläumsfeier

1. Tag Anfahrt mit Bus nach Jenbach, dann mit Bahn & Bus nach Sand in Taufers, Zustieg zum 1. Quartier.

2. Tag 1. Etappe: Aufstieg zur Alten Kasseler Hütte, Bergwege. 1200m im Aufstieg, 300m im Abstieg.

3. Tag 2. Etappe: nach Rehr über Dreieckspitze (3031m), Teilstrecken weglos, leichtes Blockklettern. 1000m im Aufstieg, 1500m im Abstieg.

4. Tag 3. Etappe: ins Ahrtal über Rauchkofel, Teilstrecken wie 2. Etappe. 1200m im Auf-, 1800m im Abstieg.

5. Tag 4. Etappe: zur Neuen Kasseler Hütte über Hözler

Böden und Keilbachjoch, große Teilstrecken weglos, Blockwerk, Alt- oder Neuschneefelder. 1900m im Aufstieg, 900m im Abstieg.

6. Tag Reserve

7. Tag 125 Jahrefeier auf unserer Hütte

8. Tag Abstieg und Heimfahrt von Mayrhofen mit Bus.

Termin: 18. – 26. August 2012

Voraussetzungen Mitglied der DAV Sektion Kassel, Mindestalter 18 Jahre

Anforderungen Ausbildung der Sektion Kassel: Grund- und Aufbaukurse Bergsteigen; Kondition für 10 Gehstunden; sicheres Gehen in weglosem Gelände, Blockwerk und Schneefeldern

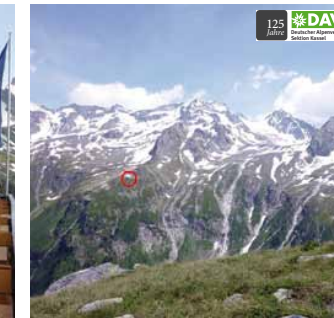
Teilnehmerzahl maximal 6

Kosten*: individuell für Fahrt und Unterkunft

Anmeldeschluss 15. Februar 2012

1. Vorbesprechung 16. Februar 2012, 18 Uhr in unserer Geschäftsstelle.

Kursleiter Winfried, Tel.: 05 61 / 28 21 05.



Sternwanderung 125 km: 1 Kilometer für jedes Jahr unseres Jubiläums

Vorankündigung nähere Infos im nächsten Heft

5 Routen zu unserem Kletterzentrum, wo die Wanderungen bei einem Eintopf enden.

Route 1: Speele - Spiekershausen - Sandershausen - Kassel, Altmarkt - per Tram zu Kletterzentrum. Anfahrt nach Speele mit Regionalbahn R1 mit Renate Kreuz
20 km

Route 2: Körle - Guxhagen - Gunterhausen - Langes Feld - Kassel, Niederzwehren - Kletterzentrum. Anfahrt nach Körle mit Regiotram RT5 mit Winfried Klug
30 km

Route 3: Felsberg - Gudensberg - Niedenstein - Elgershausen - Brasselsberg - Kletterzentrum. Anfahrt nach Felsberg mit

Regiotram RT9 mit Klaus Struckmeier
30 km

Route 4: Altenhasungen- Dorf Dörnberg - Herkules - Kletterzentrum Anfahrt nach Altenhasungen mit RT4 mit Erich Weldner
25 km

Route 5: Grebenstein - Calden - Schloss Wilhelmsthal - Harleshausen - Rammelsberg - Kletterzentrum. Anfahrt nach Grebenstein mit Regiotram RT3 mit Dietmar Broschinski
20 km.

125 km



Zum Jubiläum hohe Gipfelziele in den Zillertaler Alpen

125 Jahre Sektion Kassel, 85 Jahre Kasseler Hütte. Diese Jubiläen nehmen wir zum Anlass, unsere Hochalpine Durchquerung in den Zillertaler Alpen von der Kasseler Hütte aus zu starten. Begehrte Dreitausender wie Giralitz (3002 m), Großer Löffler (3397 m), Schwarzenstein (3369 m), Großer Mörchner (3285 m) sowie der Große Möseler (3480 m) sind unsere Ziele für diese sechs Tage.

- 1. Tag:** Treffpunkt in Mayrhofen, Aufstieg zur Kasseler Hütte.
- 2. Tag:** Besteigung Giralitz, Übergang zur Greizer Hütte.
- 3. Tag:** Aufstieg zum Gr. Löffler, Übergang nach Südtirol zur Schwarzenstein Hütte.
- 4. Tag:** Schwarzenstein, Abstieg nach Österreich, ggf. noch Gr. Mörchner, Berliner Hütte.
- 5. Tag:** Unser Highlight, der Gr. Möseler wird überschritten, Abstieg zum Furtschaglhaus.
- 6. Tag:** Abstieg zum Schlegeisspeicher, Busfahrt nach Mayrhofen, Heimreise.

Folgende Kenntnisse werden vermittelt:

Begehen von Gletschern, Umgang mit Steigeisen und Pickel, Seil u. Sicherungstechnik,

Behelfsmäßige Bergrettung, Gefahrenanalyse von Gletschertouren im Rahmen der Klimawärmung, Tourenplanung im Hochgebirge



Anforderungen: Dieser Kurs richtet sich an Bergsteiger/innen die schon erste Erfahrungen auf Gletschern gesammelt haben. Dies bedeutet, sie sind schon mal mit Pickel und Steigeisen in Schnee und Eis unterwegs gewesen. Es werden Gletscher mit Spalten in Seilsicherung bis 40 Grad Hangneigung begangen. Bei dieser Besteigung ist eine gute Kondition für ca. 1300 Höhenmeter im Auf- und Abstieg, sowie für mindestens 8 Stunden Gehzeit erforderlich. Auch für Teilnehmer des Bergsteiger Aufbaukurses auf der Kasseler Hütte als Anschlusskurs optimal geeignet!

Termin: 7. bis 12. Juli 2012 (Samstag bis Donnerstag)

Ort: Mayrhofen

Voraussetzungen: Mitgliedschaft im DAV, guter gesundheitlicher Zustand,

Kursgebühr*: 230,- €

Kursleiter:

Ralf Günther (FÜL Bergsteigen) Tel. 05683/931569 oder 01716747007
Holger Winning (FÜL Bergsteigen) 05606/1540
Franz Vormann (FÜL Bergsteigen i.A.)

Anmeldeschluss: 12.6.2012

Vorbesprechung: Dienstag dem 12.6.2012 um 19.00 Uhr im Sektionsgebäude

Sonstiges: Diese Tour ist auf 12 Teilnehmer begrenzt. Bei der Anmeldung nicht zu lange warten! Steigeisen, Pickel und Klettergurt können von der Sektion ausgeliehen werden. Es wird empfohlen, in Fahrgemeinschaften anzureisen.

Bergsteiger Grundkurs

An drei Theorieabenden, einem Kletterpraxisabend und einem Wochenende werden die Kenntnisse vermittelt: Unser Verein und seine Gruppen – Material + Ausrüstung – Knotenkunde – Wetterkunde, Wetterlagen bestimmen, Aufbau von Hoch + Tiefdruckgebieten, Verhalten bei Gewitter – Orientierung, Umgang mit Karte und Kompass – Klettern, Seil + Sicherungstechnik in der Kletterhalle – Kompaktausbildung im Thüringer Wald zum Vertiefen der Grundkenntnisse in der Praxis und im Gelände + einfache Klettertechniken + Tourenplanung mit Wegetabelle und Zeitplan + einfache Rettungstechniken + Klettern + Abseilen



Termin

Theorie
5. März 2012, 19.30 Uhr Vorstellung und Ausrüstung
19. März 2012, 18.30 Uhr Wetterkunde
13. o. 15. März 2012, 18 Uhr Kletterhalle Gruppenteilung
26. März 2012, 19.30 Orientierung
01. April 2012, 9.00 Uhr Orientierung Praxis Dörnberg
27. - 29. April 2012 Thüringen Blockausbildung

Kursgebühr*: 130,- €

Kursleiter: Holger Winning Tel. 05606 1540

Anmeldeschluss: 27. Februar 2012

Sonstiges: Keine besonderen Voraussetzungen/Kursleitung:

Bergsteiger Aufbaukurs

Die erlernten Kenntnisse aus dem Grundkurs werden hier im hochalpinen Gelände der Kasseler Hütte in den Zillertaler Alpen in der Praxis eingesetzt. Die erste Orientierungswanderung führt uns ins Sonntagstkar – Gehen im weglosen Gelände – Rutschtechnik im Schnee – Planung der Touren zu Grüne Wand (2970 m) und Wollbachspitze (3210 m). Kondition für 6 Stunden Gehen am Tag sollte vorhanden sein.



Termin: 4. bis 8. Juli 2012

Ort: Kasseler Hütte

Voraussetzungen: Bergsteiger Grundkurs oder gleichwertige Ausbildung

Anforderungen: 6 Std. gehen am Tag

Kursgebühr*: 160,- €

Kursleiter: Holger Winning

Anmeldeschluss: 4. Mai 2012

Vorbesprechung: 4. Mai 2012

Zillertaler Runde / Berliner Höhenweg

Im Vorlauf zum Hüttenjubiläum am 25. August auf der Kasseler Hütte wird eine Rundtour in den Zillertaler Alpen mit einer Gesamtlänge von ca. 70 km und jeweils ca. 6.500 m in Auf- und Abstieg angeboten:
1. Tag: So. 19.08. Anreise per DB, ÖBB und Zillertalbahn bis Mayrhofen, Transfer nach Ginzling (Gasthaus Gamsgrube 965 m) und Aufstieg zur Gamshütte

(1921 m), Gehzeit ca. 3 Stunden
2. Tag: Mo. 20.08. Gamshütte > Friesenberghaus (2.498 m), Gehzeit ca. 8 Stunden, 1.100 Hm Anstiege, 700 Hm Abstiege
3. Tag: Di. 21.08. Friesenberghaus > Olpererhütte (2.389 m), Gehzeit ca. 2 Stunden, weiter zum Furtschaglhaus (2.295 m), Gehzeit ca. 4 Stunden 650 Hm Anstiege, 850 Hm Abstiege

4. Tag: Mi. 22.08. Furtschaglhaus > Berliner Hütte (2.044 m), Gehzeit ca. 6 Stunden, Überschreitung Schönbichler Scharte (3.081 m) eventuell Besteigung Schönbichler Horn (3.134 m), 900 Hm Anstiege, 1.060 Hm Abstiege
5. Tag: Do. 23.08. Berliner Hütte > Greizer Hütte (2.227 m), Gehzeit ca. 7 Stunden, 1.200 m Anstiege, 1.100 m Abstiege,
6. Tag: Fr. 24.08. Greizer Hütte > Kasseler Hütte (2.1787 m) Gehzeit ca. 5 Stunden, 650 Hm Anstiege, 700 Hm Abstiege
7. Tag: Sa. 25.08. Aktivitäten auf der Hütte aus Anlass der Feierlichkeiten, Vormittag, Aufstellung eines neuen Gipfelkreuzes auf der Grüne-Wand-Spitze, am Nachmittag Hüttenfest, Beginn mit Bergmesse,
8. Tag: So. 26.08. Abstieg und Heimreise, wie gekommen.

Die Zillertaler Runde ist eine hochalpine Wanderung, die Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordert. Der Rundweg ist gut ausgebaut, es sind aber seilversicherte Partien, Blockwerk und Grashänge zu begehen. Eine ausführliche Beschreibung bietet der Flyer Zillertaler Runde / Berliner Höhenweg. Er liegt in der Geschäftsstelle aus.

Da jede Hütte über eine direkte Zustiegsmöglichkeit verfügt, können Teilnehmer auch abschnittsweise mitgehen.

Info-Treff am 31.01.2012 in der Geschäftsstelle, Verbindliche Anmeldung bis 21.02.2012.

Durchführung: Klaus Struckmeier Tel. 05601-86198, Günter Schaub 0561-492173



Schneeschuhtouren im Naturpark Rieserferner, Südtirol

In der 11. Kalenderwoche 2012 mit Winfried Klug
Je nach Wetter- und Lawinenlage sind Tagestouren von 600 bis 1.700 Höhenmeter (Magerstein) möglich.



Gelände, Blockwerk und Schnee
- Erfahrungen im Gehen mit Schneeschuhen müssen vorliegen.

Ausrüstung: Schneeschuhe müssen für Firn geeignet sein, also Harscheisen haben.

Unterbringung: Drei Sterne Hotel

Kosten*: individuell, Halbpension

Anfahrt:
- mit Bahn & Bus: über München, Franzensfeste, Bruneck, Sand in Taufers, Rein
- mit PKW: über Brenner, Bruneck, Sand in Taufers, Rein

Termin:

Anreise 11.03.2012, Abreise 18.03.2012

Voraussetzungen:

Mitglied der DAV Sektion Kassel, Mindestalter 18 Jahre

Anforderungen: Ausbildung der Sektion Kassel: Grund- und Aufbaukurse Bergsteigen

- Kondition für 10 Gehstunden
- sicheres Gehen in weglosem

Anmeldeschluss: 30.01.2012

Vorbesprechung: 09.02.2012, 19 Uhr in unserer Geschäftsstelle.

Winfried Tel.: 0561 / 28 21 05.

Dolomiten – Klettersteige

Ich plane eine Tourenwoche in der 36. KW 2012 mit 2 Standquartieren (Hütte oder Gasthof). Vorgesehen sind Wanderungen und Klettersteige im Rosengarten/Latemar und in den Sextener Dolomiten. Die Anfahrt erfolgt in Fahrgemeinschaften.



Voraussetzung sind: Erfahrung im Klettersteigegehen oder die Teilnahme an Ausbildungskursen bzw. an Trainingseinheiten.

Die **Teilnehmerzahl** ist auf 10 Personen begrenzt.

Tourenpauschale* 15,00 €/ Person und Woche.

Ein **Vorbesprechungstermin** wird in Heft 2/2012 bekannt gegeben.

Interessierte melden sich bitte bei:

Dieter Mennecke, Tel. 05665-6481, gdmennecke@t-online.de, oder an Gruppenabenden.

*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.

Auf eisigen Wegen über schmale Grate – Klettersteigkurs in den Allgäuer Alpen



© Tourismus Oberstdorf

„Via Ferrata“ sagen die Italiener, „Klettersteige“ die Teuton – was beide gemeinsam begeistert, ist die Faszination am Klettern ohne Seil und Haken. Beim klettersteigen ist man grundsätzlich immer am Stahlseil gesichert. Dies jedoch sollte den Bergsteiger nicht dazu verleiten, diese besondere Art des Bergsteigens nicht von der Pike auf zu lernen. Ja, lernen und dabei Spaß haben ist das Motto dieses Ausbildungskurses. Wir starten im schönen Kleinwalsertal und klettern gemeinsam die schönsten Klettersteige rund um Oberstdorf. Das Kraxeln auf Messers Schneide ist dabei „ein Gang zwischen Himmel und Erde“...

über Tourenplanung, bis hin zur Wetterkunde und dem Verhalten bei Notsituationen. Also, ein Kompaktkurs, der Sie als selbständiger Klettersteig-Geher entlässt...

Termin: 3. Oktober bis 7. Oktober 2012
Kursgebühr*: € 170,00 bei max. 6 Teilnehmern

Kursgebiet: Allgäuer Alpen rund um Oberstdorf und Kleinwalsertal.

Anmeldeschluss: 1. Juli 2012

Folgende Kenntnisse werden vermittelt: Dieser Kurs dient Ihnen als Einstieg bzw. Wiederholung Ihrer Kenntnisse bei der Begehung von Klettersteigen. Dabei behandeln wir alle Themen rund um dieses Themengebietes. Angefangen von der richtigen Ausrüstung,

Anforderungen an die Teilnehmer: Sie sollten schwindelfrei sein und eine Kondition für eine Gehzeit von bis zu 8 Stunden haben.

Hinweis: Für diese Tour ist Teilnehmer begrenzt. Bei der Anmeldung nicht zu lange warten!

Klettern am Fels – und die Routen selber absichern

Mit diesem Kurs klappt der Übergang vom Klettern gesicherter Routen zum Klettern mit Klemmketten und Klemmgeräten für dich sicher und mit Spaß!

In den vielen Rissen des Klettergartens „Steinwand“ in der Röhn lernst du an zwei Tagen alles was du brauchst, um als Vorstiegskletterer auch selbst Sicherungen zu legen.

Natürlich steht bei aller „Lernerrei“ die Freude am Klettern und am Bewegen in der Natur im Mittelpunkt!

Über die Sektion buchst du den Kurs.

Die Anreise erfolgt in Fahrgemeinschaften. Die Unterkunft wird – wenn erforderlich – in Eigenregie organisiert. Nach der Anmeldung gibt es dazu Empfehlungen vom Kursleiter.

Termin: 21. und 22. Juli 2012

Ort: Steinwand in der Röhn

Voraussetzungen: Mitglied im DAV, Mindestalter 18 Jahre. Vorstiegsfahrten am Fels müssen vorhanden sein.

Anforderungen: Das selbstständige Absichern einer Route ist spannend und interessant. Weil es ein hohes Maß an Konzentration

erfordert müssen die sonstigen Abläufe beim Vorstiegsklettern (Seilführung, Exen klippen) beherrscht werden.

Teilnehmerzahl: 4 Teilnehmer

Kursgebühr*: 90,00 Euro

Kursleiter: Dirk Matalla (Klettertrainer C)

Anmeldeschluss: 29.02.2012
Vorbesprechung: nach Bedarf

Klettern am Fels - in gut gesicherten Routen

In diesem Kurs lernst du an zwei Tagen alles was du brauchst, um als Vorstiegskletterer auch am Fels sicher unterwegs zu sein.

In gut gesicherten Routen lernst du unter anderem das richtige Einhängen der Expressschlingen, das Einrichten und Abbauen von Umlenkungen und grundsätzliches zur Sicherheit beim Klettern am Fels.

Natürlich steht bei aller „Lernerrei“ die Freude am Klettern und am Bewegen in der Natur im Mittelpunkt!

Über die Sektion buchst du den Kurs.

Die Anreise erfolgt in Fahrgemeinschaften. Die Unterkunft wird – wenn erforderlich – in Eigenregie organisiert. Nach der Anmeldung gibt es dazu Empfehlungen vom Kursleiter.

Termin: 16. und 17. Juni 2012

Ort: Steinwand in der Röhn

Voraussetzungen: Mitglied im DAV, Mindestalter 18 Jahre. Klettern und Sichern im Vorstieg in der Halle muss beherrscht werden.

Anforderungen: Klettern am Fels ist natürlich anders als das Klettern in der Halle. Doch wenn

du das Klettern und Sichern in der Halle beherrscht, hast du bereits die Grundlagen für den Schritt an den Fels gelegt.

Teilnehmerzahl: 4 Teilnehmer

Kursgebühr*: 90,00 Euro

Kursleiter: Dirk Matalla (Klettertrainer C)

Anmeldeschluss: 29.02.2012
Vorbesprechung: nach Bedarf

Klettern auf Sardinien

Warmer Fels, das Rauschen des Meeres, mediterrane Landschaft – Sardinien!

Vom 15. bis 22.04.2012 hast du die Möglichkeit mit Gleichgesinnten auf der italienischen Insel zu klettern.

Sehr gut abgesicherte Routen in allen Schwierigkeitsgraden bieten ideale Bedingungen zum Klettern in den wunderbaren Kalkfelsen am Mittelmeer! Wenn du bereits erste Erfahrungen mit dem Klettern im Vorstieg hast wirst du in dieser Woche finden, was dein Kletterherz begehrt:

Vielleicht willst du erstmals am Fels klettern – mit fachkundiger Unterstützung?

Oder du möchtest deine Klettertechnik und -taktik mit Traineranleitung verbessern? Oder du willst einfach nur klettern, klettern, klettern und dir die Meeresluft um die Nase wehen lassen!

In diesem Kurs wirst du sicher und mit Spaß erleben, lernen und vertiefen was dir wichtig ist – und das in der entspannten Atmosphäre Sardinien!

Betreut wird die Gruppe von Dirk Matalla (Klettertrainer C).

Neben dem Klettern wird auch genug Zeit für Entspannung sein. So können wir an einem Ruhetag herrlich wandern und uns immer wieder von den kulinarischen Köstlichkeiten der heimischen Küche verführen lassen ...

Über die Sektion buchst du den Kurs. Die Anreise und Unterkunft organisiert du in Eigenregie. Nähere Informationen dazu bekommst du bei Bedarf vom Kursleiter.

Termin: Sonntag, 15.04. bis Sonntag, 22.04.2012

Ort: Cala Gonone, Sardinien

Voraussetzungen: Mitglied im DAV. Mindestalter 18 Jahre. Erste Erfahrungen beim Vorstiegsklettern in der Halle sollten vorhanden sein.

Anforderungen: Klettern am Fels ist natürlich anders als das Klettern in der Halle. Doch wenn du das Klettern und Sichern in der Halle beherrscht, hast du bereits die Grundlagen für den Schritt an den Fels gelegt. Apropos „Schritt an den Fels“: Die Zusteige an die Felsen sind in 2 bis 30 Minuten bewältigt und führen gelegentlich durch unwegsames Gelände (= Trittsicherheit erforderlich).

Teilnehmerzahl: 6 Teilnehmer

Kursgebühr*: 200,00 Euro

Kursleiter: Dirk Matalla (Klettertrainer C)

Anmeldeschluss: 29.02.2012

Vorbesprechung: Sonntag, 04.03.2012 um 15:00 Uhr im Seminarraum des Kletterzentrums.



Klettern in der fränkischen Schweiz

In der wunderbaren Landschaft der Fränkischen Schweiz gibt es jede Menge gut abgesicherter Klettergärten, an denen das Felsklettern genossen, gelernt oder vertieft werden kann.

An vier Tagen (beginnend mit Himmelfahrt) klettern wir tagsüber an verschiedenen Felsen und freuen uns abends über die Köstlichkeiten der Fränkischen Küche.

Je nach persönlichem Können werden die Techniken vermittelt, die das Klettern am Naturfels zu einem genussvollen und sicheren Erlebnis machen: Zum Beispiel erstmals vorstiegen am Fels oder Routine dabei entwickeln.

Oder das Sichern mit mobilen Sicherungsmitteln lernen und üben. Oder einfach „nur“ klettern und Freude an der Bewegung und der schönen Umgebung erleben.

Über die Sektion buchst du den Kurs.

Die Anreise erfolgt in Fahrgemeinschaften. Die Unterkunft wird in Eigenregie organisiert – nach der Anmeldung gibt es dazu Empfehlungen vom Kursleiter.

Termin: 17.05. (Himmelfahrt) bis 20.05.2012

Ort: Morschreuth

Voraussetzungen: Mitglied im DAV, Mindestalter 18 Jahre. Erste Erfahrungen beim Vorstiegsklettern



tern in der Halle wünschenswert. Klettern und sichern im Tropen muss beherrscht werden.

Anforderungen: Klettern am Fels ist natürlich anders als das Klettern in der Halle. Doch wenn du das Klettern und Sichern in der Halle beherrscht, hast du bereits die Grundlagen für den Schritt an den Fels gelegt.

Teilnehmerzahl: 6 Teilnehmer

Kursgebühr*: 105,00 Euro

Kursleiter: Dirk Matalla (Klettertrainer C)

Anmeldeschluss: 29.02.2012
Vorbesprechung: nach Bedarf

*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.

*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.

Kursprogramm im Kletterzentrum Nordhessen

Das Kletterzentrum Nordhessen bietet eine Vielzahl von Kletterkursen an. Zum ersten kennen lernen eignet sich das zweistündige Probklettern. Wer gleich die Sicherungstechnik und selbständig klettern lernen möchte, kann dies mit einem Einsteigerkurs machen. Der Einsteigerkurs geht über 2 Tage mit jeweils 3 Stunden und schließt mit einer Prüfung zum Toprope-Schein ab.

Wer sich zu einem der Kurse anmelden möchte, kann sich telefonisch über 0561-2078807 einen Platz reservieren lassen



Einsteigerkurs

Termine auf: www.kletterzentrum-nordhessen.de

Der Einsteigerkurs führt dich zum selbständigen Klettern und Sichern mit Seilsicherung von oben (= Toprope).

Unter Anleitung eines Trainers oder Kletterwandbetreuers lernst du: Gurt anlegen, anseilen mit dem Achterknoten, sichern mit Tube im Toprope, Partnercheck, grundlegende Klettertechniken, aufwärmen und Stretching, Materialkunde

Der Kurs endet mit der Prüfung zum Topropeschein. Nach erfolgreicher Teilnahme an diesem Kurs bist du in der Lage die Topropebereiche unserer Kletterwand selbstständig zu benutzen und einen Kletterpartner in der Toprope-Sicherung zu sichern.

Voraussetzung: keine gesundheitlichen Einschränkungen, Mindestalter 14 Jahre

Mitzubringen: Sportbekleidung (am besten bis über die Knie)

Leistungen: Halleneintritt, Leihgurt, -schuhe und -sicherungsgerät, Abnahme des Topropeschein, Betreuung durch Trainer oder Kletterwandbetreuer

Dauer: 2 x 3 h

Teilnehmer: Mind. 3; Max. 6 Teilnehmer

Kursgebühr: 50,-* / 60,-€
* Sektionsmitglieder

Probklettern

Termine auf: www.kletterzentrum-nordhessen.de

Beim Probklettern kannst du die ersten Schritte in die Kletterwand wagen und durch einen Trainer angeleitet mit Seilsicherung klettern. Der Trainer gibt Tipps zum Klettern. Nach dem gesicherten Probklettern kannst du noch selbstständig im Boulderraum zum Klettern bleiben.



Dauer: 2 h

Voraussetzung: keine gesundheitlichen Einschränkungen

Mitzubringen: Sportbekleidung (am besten bis über die Knie)

Leistungen: Halleneintritt, Leihgurt, Leihschuhe, Betreuung durch Trainer oder Kletterwandbetreuer

Teilnehmer: Mind. 3; Max. 9 Teilnehmer

Kursgebühr: 25,-* / 30,-€
* Sektionsmitglieder

oder auf der Webseite des Kletterzentrums das Anmeldeformular ausfüllen. Ab 4 Personen können auch Wunschtermine vereinbart werden.

Neben den Kursen finden auch Workshops mit wechselnden Kursinhalten statt. Die Workshops und das aktuelle Kursprogramm des Kletterzentrum Nordhessen kann online unter www.kletterzentrum-nordhessen.de abgerufen werden.

Familienkurs

Termine auf: www.kletterzentrum-nordhessen.de

Der Familienkurs ist der Einsteigerkurs für Eltern mit Kindern. Die Kinder können nach dem Kurs selbstständig von den Eltern gesichert werden. Der Kurs vermittelt das Sichern mit Seilsicherung von oben (= Toprope). Die Kinder können während des Kurses bereits klettern (die Eltern dürfen auch, müssen aber nicht).

Unter Anleitung eines Trainers oder Kletterbetreuers lernst du: Gurt und Kindergurt anlegen, anseilen mit dem Achterknoten, sichern mit Tube im Toprope, Partnercheck, Grundlegende Klettertechniken, aufwärmen und Stretching, Materialkunde

Der Kurs endet für die Eltern mit der Prüfung zum Topropeschein (für den Topropeschein ist das eigene Klettern notwendig). Nach erfolgreicher Teilnahme an diesem Kurs, sind die Eltern in der Lage, die Topropebereiche unserer Kletterwand mit ihren Kindern selbstständig zu benutzen und ihre Kinder in der Toprope-Sicherung zu sichern.

Dauer: 2 x 3 h

Voraussetzung: keine gesundheitlichen Einschränkungen, für Eltern mit Kind (Mindestalter 6 Jahre)

Mitzubringen: Sportbekleidung (am besten bis über die Knie)

Leistungen: Halleneintritt, Leihgurt, -schuhe und -sicherungsgerät, Abnahme des Topropeschein, Betreuung durch Trainer oder Kletterwandbetreuer

Teilnehmer: Mind. 2 Eltern & 2 Kinder; Max. 9 Teilnehmer

Kursgebühr: 50,-* / 60,-€ pro Elternteil
30,-* / 35,-€ pro Kind
* Sektionsmitglieder



Boulderkurs I

Termine auf: www.kletterzentrum-nordhessen.de

Der Boulderkurs I dient dem Einstieg in die Klettervariante Bouldern, vermittelt die Grundlagen der Boulderstechnik und gibt erste Einblicke in das Training.

Unter Anleitung eines Trainers oder Kletterwandbetreuers lernst du: richtig abspringen, Partnersicherung („Spotten“), Grundlegende Boulderstechniken, Einblick in Bouldertraining, Auf- und Abwärmen

Nach dem Kurs kannst du die Grundlagen der Boulderstechnik, kannst dich aufwärmen und kannst einen Partner beim Bouldern spotten.

Dauer: 2 h

Voraussetzung: keine gesundheitlichen Einschränkungen, Mindestalter 14 Jahre

Mitzubringen: Sportbekleidung (am besten bis über die Knie)

Leistungen: Halleneintritt, Leihkletterschuh, Betreuung durch Trainer oder Kletterwandbetreuer

Kursgebühr: 25,-* / 30,-€
* Sektionsmitglieder

Vorstiegskurs

Termine auf: www.kletterzentrum-nordhessen.de

Der Vorstiegskurs führt dich vom Klettern im Toprope zum selbständigen Klettern und Sichern im Vorstieg.

Unter Anleitung eines Trainers oder Kletterwandbetreuers lernst du: Wiederholung: Sichern im Toprope, Wiederholung: Partnercheck, Sichern mit Tube im Vorstieg, Clippen und Seilführung im Vorstieg, Grundlagen der Vorstiegstaktik, Fortgeschrittene Klettertechniken, Aufwärmen und Stretching, Materialkunde

Der Kurs endet mit der Prüfung zum Vorstiegsschein. Nach erfolgreicher Teilnahme an diesem Kurs bist du in der Lage unsere Kletterwand selbstständig im Vorstieg zu benutzen und einen Kletterpartner im Vorstieg zu sichern.

Dauer: 2 x 4 h

Voraussetzung: Topropeschein oder vergleichbare Klettererfahrung mit Topropesicherung, Keine gesundheitlichen Einschränkungen, Mindestalter 14 Jahre. Solides Beherrschen des Topropesicherns und sicheres Einschätzen des eigenen Kletterkönnens

Mitzubringen: Sportbekleidung, Kletterausrüstung

Leistungen: Halleneintritt, Sicherungsgerät (Verleih), Abnahme des Vorstiegsschein, Betreuung durch Trainer oder Kletterwandbetreuer

Kursgebühr: 75,-* / 90,-€
* Sektionsmitglieder

Klettertechnik I

Termine auf: www.kletterzentrum-nordhessen.de

Der Kurs Klettertechnik I zeigt dir die Grundlagen der Klettertechnik, hilft dir zu einem kraftsparenden Kletterstil zu kommen und ermöglicht dir dein Kletterkönnen zu verbessern.

Unter Anleitung eines Trainers oder Kletterwandbetreuers lernst du: Wiederholung: Sichern im Toprope, Wiederholung: Partnercheck, Grundlegende Klettertechniken: Klettern im Lot, Stützen, Piazen, Greifen im toten Punkt, ..., Grundlagen des Klettertrainings, Auf- und Abwärmen

Dauer: 2 x 3 h

Voraussetzung: Topropeschein und Klettererfahrung mit Topropesicherung, keine gesundheitlichen Einschränkungen, Mindestalter 14 Jahre

Mitzubringen: Sportbekleidung, Kletterausrüstung

Leistungen: Halleneintritt, Betreuung durch Trainer oder Kletterwandbetreuer

Kursgebühr: 50,-* / 60,-€
* Sektionsmitglieder

Nach diesem Kurs kannst du die grundlegenden Klettertechniken, hast eine Einführung in das Klettertraining bekommen und kannst dich sinnvoll aufwärmen und Ausklettern.

