

Allgemeines Informationsblatt zu Kursen, Fahrten und Workshops

Kletteranfänger: Beherrschung von Sicherungstechnik im Toprope, Klettern im Toprope; meist Hallen-Klettererfahrung

Fortgeschrittene Klettererfahrungen: Beherrschung von Sicherungstechnik im Vorstieg und Vorstieg in der Halle sowie erste Erfahrungen am Naturfelsen

Erfahrene Kletterer sind: Beherrschung von Sicherungstechnik und selbständiges Klettern im Vorstieg, sowohl in der Halle als auch draußen; dazu gehören das Know-How rund um Touren-abbauen, umbauen, einrichten; korrektes und sicheres Verhalten beim Klettern im Vorstieg, ob in der Halle oder am Felsen

Die Einschätzung der eigenen Kletterleistung ist für die Auswahl des Kursangebots wichtig und beruht auf eigener Beurteilung und Bewertung. Um einen möglichst hohen Lerneffekt zu erzielen, ist eine möglichst realistische Selbsteinschätzung erforderlich. Sollten Sie diesbezüglich Unsicherheiten oder Fragen haben, können Sie diese gerne ansprechen.

Körperliche Voraussetzung und Alterseinschränkungen

Eine Alterseinschränkung nach oben gibt es nicht, denn das Alter ist beim Klettern eher nebensächlich. Entscheidender als das Alter ist eine durchschnittlich gute physische Konstitution und körperliche Gesundheit. Darüber hinaus sollten Sie sich den Kursinhalten und Anforderungen, nicht nur körperlich, sondern auch mental gewachsen fühlen. Sollten Sie Zweifel, Bedenken oder Fragen haben, so fragen Sie gerne nach.

Thema Naturschutz

Thematisch aufgegriffen wird der Aspekt des sanften und nachhaltigen Kletterns sowie aktuelle Kletter- und Naturschutzregelungen, um Konfliktpotentiale anzusprechen und vorzubeugen. Das Klettergebiet der Pfalz oder die Region rund um den Odenwald, in welchen die Kurse und Angebote überwiegend stattfinden, sind einzigartige Biotop- und Naherholungsgebiete für viele Sport- und Freizeitsuchende, die ein rücksichtsvolles Verhalten notwendig und eine verantwortungsvolle und nachsichtige Fortbewegung, auch in der Vertikalen, unbedingt erforderlich macht. Damit auch weiterhin eine konfliktfreie und nachhaltige Sportausübung möglich bleibt.

Ausbildungsanspruch

Neben dem praxisbezogenem Hauptschwerpunkt gibt es in den Ausbildungen und Workshops theoretischen Lese-Input, der als Vorbereitung und Auseinandersetzung in die Thematik, z. B. Draußen-Klettern bei Klettern in der Region oder Klettern in der Pfalz, einführt. Der Anspruch liegt auf einer möglichst umfassenden und nachhaltigen Kletterausbildung und Wissensweitergabe, die dazu befähigen soll, dass sich die KursteilnehmerInnen zukünftig eigenständig und verantwortungsvoll, umsichtig und sicher fortbewegen können.

Material

Grundsätzlich wird vorausgesetzt, dass jeder sein eigenes Klettermaterial besitzt und verwendet. Material und Ausrüstung werden im Rahmen des Kurses nicht verliehen. Bei Kursen die in der Kletterhalle stattfinden, kann die Ausrüstung vor Ort ausgeliehen werden.

Für eigenes Material haftet jeder Teilnehmer selbst. Für Materialmängel oder Fehler wird keine Verantwortung übernommen. Hier ist jeder in der eigenen Verantwortung seine verwendete Ausrüstung regelmäßig zu kontrollieren und gegebenenfalls zu erneuern. Sollten Sie diesbezüglich Fragen haben, so berate ich Sie gerne.

Anmerkung: In den Kursen und Workshops wird ein hoher Wert auf die Weitergabe, Vermittlung und Vertiefung fachspezifischen Wissens und Know-Hows gelegt, dennoch kann nicht der Anspruch erhoben werden, dass eine komplette und abgeschlossene Wissens- und Könnensaneignung geboten wird. Letztlich ist die eigenständige Wissensvertiefung, eine kontinuierliche Auseinandersetzung in praktischer sowie theoretischer Hinsicht notwendig, auch nach dem Absolvieren von einem Kurs oder einem Workshop. Weiteres Üben und Trainieren kann erst die erlernten Fähigkeiten festigen und vertiefen.

Ausrüstungsliste

Ausrüstung	In der Halle	Am Fels (z.B. Odenwald)	In der Pfalz und bei Fahrten
Bekleidung	Sportbekleidung	Sportbekleidung mit Regen- und Sonnenschutz (z.B. Regenjacke, Sonnencreme,...), Zustiegsschuhe, Rucksack	Wie Ausrüstung am Fels
Material	Klettergurt, Kletterschuhe, Sicherungsgerät (Tuber obligatorisch, darüber hinaus HMS, Grigri oder Smart) , Kletterseil (50m)	Klettergurt, Kletterschuhe, Sicherungsgerät (Tuber obligatorisch), Einfachseil (60m), Abseilgerät, Kletterhelm, 2 HMS-Karabiner, 3 Schraubkarabiner, 2 Bandschlingen 120cm, 1 Bandschlinge 60 cm, 1 Prusikschlinge (5mm Reepschnurr, Länge 1m) , 8 – 10 Expressschlingen, wenn vorhanden Kletterführer	Wie Material Fels; hinzu kommen: Mobile Sicherungsgeräte (ein Satz Klemmkeile, ein Satz Friends oder Camelots oder auch Tri Cams, Klemmkeilentferner, zwei weitere Bandschlingen (kurz und lang), wenn vorhanden verlängerbare Expressschlingen, Seven Summits: Ausrüstung wie oben, es fallen weg: Seil, Sicherungsmaterial wie Klemmgeräte oder Expressschlingen
Outdoor-Ausrüstung		Erste-Hilfe-Set, Stirnlampe, Handy	Wie bei Outdoor-Ausrüstung Fels; hinzu kommen: Zelt, Schlafsack, Isomatte, Campingausrüstung (Geschirr, Kocher, Töpfe, Messer,...), Wasserkanister oder Wassersack