

## „Eisklettern-Basiskurs“



Bergsteigerdorf Mauthen / Eiskletterpark Osttirol



24. & 25. Jänner 2025, sowie auf Anfrage

Grenzenlose Frei(h/z)eit

BERGSPORT SÜDALPEN

Die regionale Alpenschule im  
Herzen der Karnischen Alpen



2 Tage

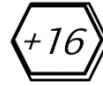


ab € 310.- / pro Person bei 4 Teilnehmern

ab € 380.- / pro Person bei 3 Teilnehmern

ab € 490.- / pro Person bei 2 Teilnehmern

ab € 880.- / pro Person bei 1 Teilnehmer



Mindestalter



max. 4 Personen

*Dein sicherer Einstieg in die faszinierende Materie des Eiskletterns*

### *Kursbeschreibung*

Mach gemeinsam mit uns deine ersten Eisklettererfahrungen an gefrorenen Wasserfällen - in einem Gelände, das für Eisklettereinsteiger sowie Wiedereinsteiger optimal geeignet ist. Du lernst in unserem Einsteigerkurs die Grundlagen der Kletter- und Sicherungstechniken, das Einschätzen der Eisqualität - und den damit verbundenen, richtigen Umgang mit den Eisgeräten, Steigeisen und Eisschrauben am Eisfall kennen. Wir kombinieren bei unserem zweitägigen Kurs - je nach Witterungsverhältnissen - praktische mit theoretischen Einheiten (direkt im Eisklettergarten, sowie in Kombination - Indoor und Outdoor).

Je nach Eis- und Wetterbedingungen starten wir am ersten Tag entweder beim Eiskletterturm im Bergsteigerdorf Mauthen oder dem Eisklettergarten in Osttirol - wo uns nach wenig, bis keinem Zustieg die faszinierende Materie Eis erwartet. Wie bei jeder Bergsportaktivität ist auch beim Eisklettern die optimale Tourenplanung - dazu gehört auch das Interpretieren vom Lawinenlagebericht - das Um und Auf für einen sicheren und erfolgreichen Tag am Eisfall. Am zweiten Tag werden wir die Inhalte vom Vortag vertiefen und - je nach Vorerfahrung und Gruppenkonstellation - erste Erfahrungen im Vorstiegsklettern am Eisfall sammeln.

Unser Eiskletterbasiskurs soll dir einen möglichst umsichtigen Einstieg in die Materie Eisklettern ermöglichen und nach einigen, selbstständigen Touren im Eisklettergarten auch den weiteren Grundstein für unseren Eiskletterkurs für Fortgeschrittene bieten.

### *Inkludierte Leistungen*

- Kurs durch staatlich geprüften, österreichischen Berg- und Skiführer
- Leihhausrüstung (Eisgeräte, Steigeisen, Klettergurt, Helm)

### *Voraussetzungen*

- Keine Eisklettervorerfahrung notwendig – empfehlenswert wäre jedoch unser Schnuppereisklettern
- Sicherungs- und Klettervorerfahrung - (Halle bis 5a, geübtes Vorstiegssichern, Achterknoten)
- ein gewisses Maß an Kälteresistenz sowie Schwindelfreiheit und Trittsicherheit

### *Kursinhalt*

- Basiswissen im sicheren Umgang mit Steigeisen- und Eisgeräten
- Material- und Ausrüstungskunde; Grundlageninformationen über die Eiskletterausrüstung
- Gefahrensensibilisierung im Bereich Eisklettern
- Grundlagen Eisklettertechnik
- Bewegen und Klettern mit Steigeisen und Eisgeräten
- Setzen von Eisschrauben
- Sicherungstheorie

### *Kursziel*

- Selbstständiges Planen und Klettern von Routen im Eisklettergarten
- Selbstständiges Absichern von Einsteiger Routen im Eisklettergarten
- Grundlagen Eisklettertechnik
- Vorstiegsklettern im Eisklettergarten – eine Seillänge



*Dein Interesse ist geweckt?*

***Dann schick uns eine Mail mit deiner Reservierung oder Terminanfrage auf  
[info@bergsport-suedalpen.at](mailto:info@bergsport-suedalpen.at)***