

## „Kletterkurs Sportklettern“ – Einsteiger - Arco



Familien  
Erlebnis



2 Tage - zu je ca. 5 Stunden



ab € 310.- / pro Teilnehmer



Raum Arco (Gardasee / Italien)



min. 2 Personen – max. 4 Personen



30. & 31. Mai 2024, sowie auf Anfrage

*Der ideale Einstieg, um das Klettern am Felsen – in mediterraner Umgebung - sicher zu erlernen*

### *Kursbeschreibung*

Unser Einsteiger Sportkletterkurs in Arco am Gardasee richtet sich an Sportkletterinteressierte, die bisher noch über sehr wenig oder keine Klettererfahrung verfügen – also ideal für Kletterer, die direkt in die Faszination des Kletterns am Felsen eintauchen möchten. Die Felsen und Wände rund um Arco bieten uns hierfür die perfekte alpine Umgebung, in Kombination mit einem traumhaften Ambiente.

Unser Sportkletterkurs für Einsteiger verschafft dir ein unvergleichbares Gesamterlebnis – an zwei Vormittagen in deinem Urlaub einige Stunden in die Welt des Kletterns eintauchen und am Nachmittag das unvergleichliche, mediterrane Flair genießen. Ganz bewusst legen wir bei unserem Kurs genau auch deswegen auf eine Durchführung in Kleinstgruppen wert - um dir einerseits die Qualität zu gewährleisten, als auch andererseits den Zeitaufwand für dich so zu gestalten, dass du neben deinem Kurs auch noch Zeit für deine restlichen Urlaubsaktivitäten findest.

Beim Klettern im Klettergarten gilt es zahlreiche Dinge zu beachten und diese Grundlagen bringen wir dir in unserem Einsteigerkurs Schritt für Schritt – in mediterranem Ambiente mit wunderschöner Aussicht auf den nördlichen Gardasee - näher. Angefangen vom Zustieg, dem Verstehen von Topos, über die korrekte Verwendung der Materialien (gerne geben wir dir auch Tipps, welche Ausrüstungsgegenstände du dir als Klettereinsteiger kaufen solltest), dem Sichern und natürlich auch Klettern, sowie dem Sehen der Griffe und Tritte am Fels - bis hin zum Einschätzen von objektiven Gefahren ist bei unserem Kurs alles dabei.

Wenn ihr zu zweit seid, jedoch „nur“ einer von euch sich in luftigere Höhen wagen möchte, während einer lieber sicheren Boden unter den Füßen behalten möchte und seine Passion im Sichern findet – auch das ist natürlich gerne machbar.

Nach dem Einsteigerkurs steht deiner sportlichen Herausforderung, einen Weg am Felsen zu finden, wo du vorher scheinbar keine Griffe und Tritte ausfindig machen konntest und dem damit verbundenen

unbeschreiblichen Gefühl am Ende der Route den Stand im Sportklettergarten zu erreichen, nichts mehr im Wege. Und, wenn dich anschließend das Kletterfieber völlig erfasst hat und du dich nach noch mehr Felslebnissen sehnst, dann ist unser Kletterkurs „Mehrseillängen“ – buchbar in den Karnischen Alpen als auch in Arco - die nächste Stufe in deiner Kletterkarriere.

#### *Voraussetzungen*

- Keine Vorerfahrung im Klettern bzw. Sichern notwendig
- Grundkondition für 6 Stunden Bewegung
- Schwindelfreiheit und Trittsicherheit

#### *Inkludierte Leistungen*

- Kurs mit einem österreichischen Berg- und Skiführer
- Verleihmaterial (Kletterschuhe, Gurt, Seil, Helm, Sicherungsgeräte, Expressen)

#### *Kursinhalt*

- Planung und Routenfindung / Topos lesen
- Material- und Ausrüstungskunde - Erlernen der wichtigsten Seilknoten
- Partnercheck und allgemeine Grundregeln am Felsen
- Erkennen der häufigsten subjektiven und objektiven Gefahrenmustern
- Stressfreies Klettern im Toprope
- Sicherungstechnik Toprope
- Grundlagen Klettertechniken, um kraftschonend zu klettern
- Einführung Vorstieg – Sicherungs- und Seiltechniken
- Richtiges Umbinden vom Seil am Umlenker (am Ende der Kletterroute)
- Richtige Kommunikation

#### *Kursziel*

- Selbstständiges Klettern von Kletterrouten am Felsen im Sportklettergarten im Toprope (bis hin zum Vorstieg)
- Basisinhalte für die notwendige Seil- und Sicherungstechnik



*Dein Interesse ist geweckt?*

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