

# „Sicherungs- und Sturztraining“

Grenzenlose Freiheit



**BERGSPORT SÜDALPEN**

Die regionale Alpenschule im Herzen der Karnischen Alpen



ca. 3 Stunden



ab € 80.- / pro Person bei 4 Teilnehmern

ab € 95.- / pro Person bei 3 Teilnehmern

ab € 110.- / pro Person bei 2 Teilnehmern

ab € 190.- / pro Person bei 1 Teilnehmer



KLE-SCH Kletterhalle St. Daniel



8. Juli 2024 um 17:30 Uhr, sowie auf Anfrage



Mindestalter

Zeit  
in



max. 4 Personen

Sicherheit zu investieren, ist immer zu

100% sinnvoll investierte Zeit

## Kursbeschreibung

Oft ist beim Vorstiegsklettern die Sorge zu stürzen die Grenze für viele Kletterer, die es zu überwinden gilt, um noch entspannter und sicherer zu klettern. Bei unserem Sicherungs- und Sturztrainingskurs vermitteln wir dir, aufbauend auf deine vorhandene Klettererfahrung, das optimale Verhalten als Sichernder und als Kletterer – vor allem im Falle eines Sturzes, um noch routinierter und somit automatisierter zu reagieren.

Vom Seilhandling, über die korrekte und effiziente Bedienung des Sicherungsgerätes, die optimale Menge an Schlappseil, bis zur richtigen Positionierung des Sichernden, sowie noch zahlreiche weitere Themen, ist bei unserem Kurs alles dabei. Der Kurs ist auch ideal für Kletterer und Sicherer, die das Gefühl haben, nicht mehr am aktuellen Stand der Sicherungstechnik zu sein oder deren Erfahrungen einige Zeit zurück liegen, sowie Kletterer / Sicherer, die das bisher erworbene Wissen gerne zusammen mit einem Profi festigen möchten.

## Voraussetzungen

- Sicheres Klettern im Vorstieg – Schwierigkeitsgrad 4c bzw. UIAA 5
- gute Vorkenntnisse beim Sichern mit Halbautomaten (z.B. Grigri)

## Kursinhalt

- Erkennen möglicher Gefahrenquellen
- Auffrischen der Kenntnisse beim Sichern und Klettern im Vorstieg
- Kontrolliertes Stürzen

## Kursziel

- Routiniertes Verhalten als Sichernder / Kletterer – auch im Sturzfall
- Korrekter Umgang mit deinem persönlichen Sicherungsgerät

### *Inkludierte Leistungen*

- Kurs mit einem Berg- und Skiführer
- Eintritt in die Kletterhalle
- Verleihmaterial (Kletterschuhe, Gurt, Seil, Sicherungsgeräte)



*Dein Interesse ist geweckt?*

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

