

# Klettertraining für Anfänger und Fortgeschrittene (10-16 Jahre)

Kletterhalle K1



Willst du dein Kletterkönnen verbessern, Neues lernen, Gleichgesinnte treffen,  
Spaß haben oder deinen Mut auf die Probe stellen?  
Dann bist du in unserem Klettertraining für Fortgeschrittene genau richtig!

## Voraussetzungen:

- Du hast bereits in einer Naturfreundejugend-Klettergruppe teilgenommen
- Du beherrscht das Top-Rope-Klettern
- Naturfreundemitgliedschaft

## Kursinhalte:

- Erlernen und Verbessern des Vorstiegkletterns & Verbessern der Sicherungstechnik
- Sturztraining und Verbessern der Grundklettertechnik (zum Beispiel Trittwechsel, ...)
- Neue Klettertechniken (zum Beispiel das Eindrehen, Dynamo, ...)
- Viel Zeit zum Üben des Erlernten

## Anreise/Treffpunkt:

Selbstanreise, Kletterhalle K1 - Naturfreunderaum im 2. OG. Bitte kommt etwas früher damit wir pünktlich um **17:30** loslegen können. Das Training endet um **19:00**.

## Termine, jeweils freitags:

Februar	März	April	Mai	Juni	Juli
16.02	01.03	05.04	03.05	07.06	
23.02	08.03	12.04	17.05	14.06	
	15.03	19.04	24.05	21.06	
	22.03	26.04		28.06	

Falls das Kind zu einem Termin nicht kommen kann, gebt uns bis spätestens 12:00 am Tag des Trainings Bescheid. Sollte das Kind öfter als 3-mal unentschuldigt fehlen, wird es vom Training ausgeschlossen.

**Preis:** **90 Euro** für 17 Termine (Achtung der Halleneintritt ist nicht inkludiert!)

Der Beitrag ist im Vorhinein bis zum **16. Februar 2024** auf folgendes Konto zu überweisen:

Kontoinhaber: Naturfreunde Jugend Rankweil  
Verwendungszweck: „Name“ / 2023-2024\_SS  
IBAN: AT92 4571 0001 0048 0950

Im Trainingsbeitrag sind 16 Einheiten (inkl. 2x Eintritt Steinblock, Abschlussklettern) enthalten.

**Kursleitung:** Anna Kronberger 0660/3242107 + weitere Übungsleiter Sportklettern

## Wichtig:

- Der Eintritt in die K1 Kletterhalle muss selbst in der K1-Kletterhalle entrichtet werden. Für Inhaber einer 3-Täler Pass Jahreskarte ist es wichtig, diesen bei jedem Training zu stempeln. Eintrittskarten können bequem am Ticketschalter erworben werden. Empfehlenswert ist der Kauf eines 11er Blocks, alternativ sind auch Einzeleintritte möglich. Achte darauf, deinen Mitgliedsausweis der Naturfreunde vorzuzeigen, um von einem Rabatt zu profitieren!
- Die Kinder brauchen **eigene Kletterschuhe**. Falls die Schuhe zu klein werden, können sie in der Gruppe ausgetauscht werden.

**Info und Anmeldung:** Moritz Wachter (0681/20265576, [moritz.wachter@gmx.at](mailto:moritz.wachter@gmx.at))