

*Wenn Sie meinen, dass ...*

- Klettern ein tolles Hobby sein kann,
- man sich mit dem nötigem Grundwissen wesentlich sicherer fühlt,
- es durchaus sinnvoll sein kann sich auch mit den möglichen Gefahren auseinanderzusetzen, um sie vermeiden zu können,



**...dann empfehlen wir einen Klettergrundkurs bei Seiltechnik-Hannover.**

- Klettern ja nur ein „Klacks“ sei,
- man sich das nötige Wissen auch in Foren und durch YouTube-Videos aneignen kann,
- Gefahren sich auch durch bloßes Verdrängen vermeiden lassen,
- wenn man alleine im Wald klettert schon alles gut gehen wird,



**...dann empfehlen wir trotzdem einen Klettergrundkurs bei Seiltechnik-Hannover**

Auf unseren Tageskursen vermitteln wir Ihnen Grundlagen des Seilkletterns. Obwohl auch eine ordentliche Portion Sport dazu gehört, hat die Klettertechnik, die benötigt wird um einen T5 Cache zu erreichen, nicht viel mit dem bekannten Sportklettern gemeinsam.

Die Schwerpunkte auf unseren Kursen sind der Seilaufstieg und das Abseilen, die Rettung aus dem Baum, Materialkunde sowie das baumschonendes Klettern. Im Theorieil lernen Sie alles über den sicheren Umgang mit dem Material, Eigenheiten der Kletterphysik und auch etwas über die Grenzen des Möglichen.

Im anschließenden Praxisteil lernen Sie an

verschiedenen Stationen etwas über die Baumansprache und die richtige Ankerpunktwahl, üben den Auf- und Abstieg am Baum, die aktive und passive Rettung in zwei Varianten sowie das Abseilen an einer Fassade (aus ca. 5 und 13 Meter Höhe). Die Kursgruppe besteht aus max. 8 aktiven Teilnehmern, die von mind. drei Trainern intensiv betreut werden. Somit werden für die Teilnahme keinerlei Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Während des Trainings haben Sie auch die Möglichkeit verschiedene Klettergurte, Helme und Abseilgeräte zu testen. \*

(\* bei Buchung inkl. Materialmiete)

*Wir lassen Sie nicht fallen!*

### *Was wir Ihnen bieten:*

Für den Kletterkurs bauen wir für Sie vier verschiedene Stationen auf, die Sie an diesem Tag durchlaufen werden. Ein Theorieblock am Vormittag und einer am Mittag vermitteln Ihnen die Grundlage des Kletterns.

Nur wer die möglichen Gefahren des Kletterns kennt und einschätzen kann, ist in der Lage sie zu vermeiden. Daher ist ein wesentlicher Bestandteil des Kurses die Vermittlung der Rettungstechniken. Unser Ziel ist es, dass Sie am Abend in der Lage sind einen Großteil der T5er eigenständig und sicher zu erreichen.

### *Was wir von Ihnen erwarten:*

Klettern ist naturgemäß mit körperlicher Anstrengung verbunden und daher sollte eine gewisse Grundfitness vorhanden sein. Die Mindestgröße für Teilnehmer beträgt 150cm. Teilnehmer müssen volljährig oder in Begleitung Erziehungsberechtigter sein.

Am Kurstag erwarten wir Sie pünktlich und entspannt auf unserem Trainingsgelände.

Da wir den ganzen Tag draussen sein werden, sollten Sie der Witterung angepasste Kleidung mitbringen und tragen. Ein Set Wechselkleidung wird empfohlen, da es auch einmal schmutzig und/oder nass werden kann. Weiterhin empfehlen wir zum Abseilen etc. auch das Tragen von

### *Gebühren:*

Die Kursgebühr beträgt 120 € (inkl. MwSt.). Wenn Sie Leihmaterial (Klettergurt, Helm, Karabiner etc.) benötigen, berechnen wir Ihnen dafür eine Materialmiete in Höhe von 30 € (inkl. MwSt.), die wir Ihnen jedoch bei einem späteren Kauf (ab einem Warenwert von 180 € pro Person) verrechnen.

Wenn Sie den Kurs inkl. Leihmaterial buchen, besteht die Möglichkeit am Trainingstag 8-10 verschiedenen Gurte und Helme im Praxiseinsatz auszuprobieren. Nach dem offiziellen Kursende können Sie unter Aufsicht der Trainer gerne auch noch verschiedene Abseilgeräte ausprobieren.

Wenn Sie mit eigenem Material klettern möchten, sprechen Sie uns bitte vorher an, damit wir klären können, ob Ihr Material unseren Sicherheitsanforderungen entspricht und mit unseren Seilen kompatibel ist.

Die Kletterkursgebühr beinhaltet - neben der Platzmiete und den Trainerkosten - auch ein Begleitheft zum Kurs, heiße und kalte Getränke für den ganzen Tag und ein kaltes Buffet zum Mittag (gegen ca. 14 Uhr).

### *Abmeldungen - falls man leider nicht teilnehmen kann:*

Wir bitten um eine schriftliche Abmeldung (per Email), wenn Sie zum gebuchten Termin verhindert sein sollten. Bei Abmeldungen bis zu 7 Tage vor Kursbeginn erstatten wir Ihnen die Kursgebühr. Bei Abmeldungen, die später als 7 Tage bei uns eingehen oder beim Nichterscheinen zum Kurs müssen wir Ihnen leider die volle Kursgebühr berechnen.



*Wir lassen Sie nicht fallen!*