



Technik & Taktik

Technik & Taktik im Buntsandstein

Klettern im Buntsandstein der Vogesen!

In diesem Vorstiegstraining behandeln wir die technische & taktische Vorgehensweise einer bestimmten Übungsroute. Am Ende werden wir uns alle auf einem 30m hohen Felsturm befinden und einen atemberaubenden Rundumblick über das märchenhafte Buntsandstein-Gebiet der Vogesen genießen.

Programm

1. Tag:

- Anreise Nachmittags, Treffpunkt Campingplatz (F);
- Zeltaufbau oder Mobilhome beziehen;
- Allgemeine Besprechung und Planung in gemütlicher Runde;
- evtl. leichtes Einklettern am Steinbruch Heidekopf

2. Tag:

- Gemeinsames Frühstück am Campingplatz;
- Ausrüstungs-Check und Anfahrt zum Fels beim "Chateau du Waldeck";
- Eingewöhnungsphase an die Sandsteinkletterei spez. bei Griff- und Tritttechniken;
- Motivation und Angstbewältigung;
- Routenplanung und evtl. Ausbouldern von Einzelstellen;
- Fall- und Sturztraining möglich

3. Tag:

- gemeinsames Frühstück und anschließend Zeltabbau;
- Anfahrt zum Fels und gemeinsames Aufwärmen;
- Onsight oder Rotpunktbegehung der Übungsroute zum Trainingsabschluss;
- Abreise nach Deutschland, Abfahrt gegen Mittag

Vorraussetzungen: Erfahrung im Vorstiegsklettern und Sichern; Sicheres Klettern im 4. Grad (UIAA); Freude an der Natur und Abenteuerlust

Ausrüstung: Gutes Schuhwerk für unbefestigte Wege, je nach Wetterlage Wind- oder Regenjacke, Campingzelt etc.

Dauer: 2 1/2 Tage

Mindestalter: 12 Jahre (Jugendliche unter 18 Jahre benötigen eine Einverständniserklärung der Eltern)

min. (max.) Teilnehmerzahl: 3 (6) Personen

Kursgebühren (p.P.): 112,50 €

Ermäßigungen:

- 10% erhalten Sie als DAV-Mitglied, Schüler, Student oder Azubi
- 20% erhalten alle ehemaligen Teilnehmer eines Kurses oder Events von Vertical Moves

Fahrgemeinschaften sind erwünscht

www.VerticalMoves.de
Ralph.Bachmann@VerticalMoves.de
Tel.: 06221-1872429 oder mobil: 0176 - 41043839