Alpines Felsklettern

ALPINSCHULE ALPINSTIL

Alpinschule ALPINSTIL

www.alpinstil.at

© alpinstil.at (Gesäuse)

Lassen Sie sich unter dem größtmöglichen Sicherheitsstandard durch die beeindruckendsten Wandfluchten, Schluchten oder Eiswände unserer Gebirge begleiten!

BERGFÜHRER · IVBV · IFMGA · UIAGM · MOUNTAIN GUIDE · GUIDE DE MONTAGNE · GUIDA

Alpinschule ALPINSTIL KG 8911 Admont 0664 86 33 789 office@alpinstil.at www.alpinstil.at

Alpine Felskletterkurse

3-tägiger Einsteigerkurs im Gesäuse

Klettern in landschaftlich toller Umgebung und perfektem Fels bringt einen gewonnenen Tag mit Freude und Glück. Bedingung dafür ist eine richtige Tourenplanung mit der passenden Routen- und Schwierigkeitswahl und der gekonnte Umgang mit der technischen Ausrüstung. Die Basis dazu ist erlernbar und trainierbar.
Routine und Sicherheit wachsen mit jeder weiteren Tour. Lassen Sie sich den Erfahrungsschatz und die Tipps und Tricks eines Berufsbergführers näher bringen!

Programm

Wichtige Kursinhalte sind Ausrüstungskunde, Seil- und Sicherungstheorie und Umsetzung in der Praxis, Knotenkunde, Standplatzbau, Grundschule Klettern (Techniktraining), Vorstiegstraining, sicheres Abseilen, Geländeeinschätzung, Routen ndung, Tourenplanung, Topos, Zeitplan, Taktik, Wetterkunde, alpine Gefahren, Verhalten bei Unfällen. Stark praxisbezogenes Arbeiten in alpinen Routen.

Leistungen

Leitung und Führung durch staatl. gepr. Berg- und Schiführer mit sehr viel Alpinklettererfahrung, Leihausrüstung (Helm, Karabiner, Seile, mobile Sicherungsmittel), Kursskriptum (PDF)

Zusatzkosten

Unterkunft mit Verpflegung (selbst zu organisieren), Fahrtkosten (An- und Abreise).

Voraussetzungen

- Klettererfahrung in der Kletterhalle bis UIAA 4+
- Grundkondition für ganztägige Touren von bis zu 6 Stunden und bis zu 1.000 Höhenmetern
- Trittsicherheit im Gelände - erlangt durch oftmaliges Wandern auf felsdurchsetzten Wanderwegen
- Schwindelfreiheit

Dauer: 3 Tage
Ort: Admont (NP Gesäuse, Steiermark)
Preis: siehe Webseite
Gruppengröße: 4 Teilnehmer

Alpinkletterkurse
Österreich

Unterkunft
Selbst zu organisieren!

Aktuelle Termine
Siehe Webseite.

Ausrüstung
Siehe Liste im Anhang! Gekennzeichnete Ausrüstungsgegenstände wie Helm, Hüftgurt, Seile, Schlingen, mobile Sicherungsmittel etc. können kostenfrei geliehen werden! Bitte lassen sie es uns frühzeitig wissen, falls sie Gegenstände benötigen!

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)
Diese finden sie auf der Webpage unter: **https://www.alpinstil.at**

Dauer: 3 Tage
Ort: Admont (NP Gesäuse, Steiermark)
Preis: siehe Webseite
Gruppengröße: 4 Teilnehmer

KEYWORDS
Alpinkletterkurse • Grundkurs • Anfängerkurs • Kletterkurs • Ausbildung • Alpinkletterausbildung • Sommer • Österreich • Steiermark • Gesäuse • Beginner • Bergführer • alpines Felsklettern • Mehrseillängenkurs

Ausrüstungsliste - FELSKLETTERKURS

für alpine Felskletterkurse im Hochgebirge

Bekleidung

- Gore Tex Jacke (dünne Überjacke) ☐
- Lange, dünne Kletterhose ☐
- Soft Shell Jacke oder Fleecejacke ☐
- Dünne Mütze und dünne Handschuhe ☐
- Funktionsunterwäsche ☐
- Dicke Wandersocken ☐

Technische Ausrüstung

- Rucksack ca. 30-35l ☐
- Knöchelhohe Bergschuhe für den Zustieg ☐
- Reibungskletterschuhe ☐
- * Klettergurt (Hüftgurt), Steinschlaghelm ☐
- * 4 HMS-Schraubkarabiner, 3 Expressschlingen ☐
- * 3 Bandschlingen (Polyamid, 1 x 60 cm, 2 x 120 cm) ☐
- * 3 Reepschnüre (6 mm Durchmesser; Längen: 1m, 3m, 5m) ☐
- * Abseilgerät (Bsp. ATC-Guide) ☐
- * Klemmgeräte (Klemmkeile Gr. 1-6, Friends in 4 Größen) ☐
- * 2 x Halbseil (Länge 50-60 m), oder 1 Einfachseil je Seilschaft (50 m) ☐

  > wenn vorhanden bitte die eigene Ausrüstung mitnehmen!

Diverses

- Sonnenbrille, Sonnencreme ☐
- Trinkflasche und evtl. Brausetabletten ☐
- LED Stirnlampe mit neuen Batterien ☐
- SAC, DAV, ÖAV Ausweise (wenn vorhanden) ☐
- Erste Hilfe Set mit Leukotape ☐
- wenn vorhanden Biwaksack, Mobiltelefon ☐

Verpflegung

Als Zwischenverpflegung neben der Halbpension am Berg sollten sie Essen mitnehmen das sie auch bei Anstrengung mögen! ☐

Bsp: Dörrobst, Schokolade, Käse, Vollkornbrot etc.

* diese Ausrüstungsgegenstände können kostenfrei geliehen werden!

Alpinschule ALPINSTIL KG
Mag. Jürgen Reinmüller • office@alpinstil.at
www.alpinstil.at