

# Kletterkurs – Vorstieg

Vorstiegskurs mit dem Ziel geeignete Routen am Fels zu finden, einzuhängen und wieder abzubauen.

Schwerpunkte sind Routenwahl und –beurteilung, Sicherungen (Expressen) einhängen, Klippen, Topropeseil einhängen, Umbauen, Routen abbauen, evtl. Abseilen.

## Anforderungen

- Klettererfahrung, sicherer Umgang im Toprope-Klettern und Sichern , erste Vorstiegsversuche in der Halle wären von Vorteil
- Mindestalter: 15 Jahre

## Ausrüstung

- Gurt, Kletterschuhe, (Helm)
- Sicherungsgerät (Tube, HMS), Expressschlingen, Seil (pro 2 Teilnehmer), Selbstsicherung (HMS + Bandschlinge), Tube oder Abseilacht, Prusikschlinge
- Anmerkung: Tube wird als bevorzugtes Sicherungs- bzw. Abseilgerät angesehen

## Betreuung

Janine Ziermann

## Zeit / Ort

- individuelle Absprache/Meldungen (kann auch auf beide Tage verteilt werden) Samstag/Sonntag 25./26.05.2013, Fränkische Schweiz
- Treffpunkt im Klettergebiet wird den Teilnehmern gesondert mitgeteilt (bitte bei der Anmeldung Telefonnummer oder bevorzugt Emailadresse angeben)
- wenn möglich Fahrgemeinschaften bilden
- anfallende Kosten (z.B. Fahrt, evtl. Unterkunft) sind selbst zu tragen

## Anmeldung

- maximale Teilnehmerzahl: 6
- Meldefrist: bis zum 22.05.13 bei Janine Ziermann ([janineziermann@googlemail.com](mailto:janineziermann@googlemail.com), 0177/4881643)

Für teilnehmende Jugendliche unter 18 Jahren ist eine schriftliche Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten erforderlich, sofern diese nicht selbst am Kurs teilnehmen.