

**[A] Ausführliches Fall- und Sicherungstraining**

<b>Kursnummer:</b>	210709		
<b>Ort:</b>	DAV Kletterzentrum Berlin		
<b>Unterkunft:</b>	-		
<b>Vorbesprechung:</b>	.. ( Uhr)		
<b>Kursbeginn:</b>	20.11.2021 (16:00 Uhr)	<b>Kursende:</b>	21.11.2021 (20:00 Uhr)
<b>Anz. d. E.-Termine:</b>	2		
<b>Einzeltermine:</b>	20.11. und 21.11 .2021, jeweils 16-20 Uhr		
<b>Preis:</b>	40 Euro (Junior: 40 Euro)		
<b>Zusätzl. Kosten:</b>	Halleneintritt		
<b>Leistungen:</b>	Organisation/Ausbildung		
<b>Inhalte:</b>	<p>Der Kurs richtet sich an alle, die ihr Sicherungsverhalten optimieren wollen und dazu kommen möchten, Fallen als natürlichen Bestandteil des Sportkletterns zu empfinden. Kernpunkte des Kurses sind das weiche Sichern, auch bei Gewichtsunterschieden, sowie der Abbau von Sturzangst. Ausgehend von Falltest im Toprope wird das Fallen und weiche Sichern im Vorstieg mit individuell abgestimmten Übungen in sicherem Gelände trainiert. Weitere Themen sind u.a.: Seilführung beim Klettern, Verhalten beim Sichern, Einschätzen der Sturzweite, Maßnahmen bei Gewichtsunterschieden zwischen Sicherer und Kletterer. Es wird mit dem vertrauten Sicherungsgerät geübt, das Erlernen eines neuen Sicherungsgerätes ist kein Kursbestandteil.</p>		
<b>Anforderungen:</b>	Kenntnisse Kletterschein Vorstieg, Sicheres Klettern im V. Grad (UIAA)		
<b>Schw.-bew. Technik:</b>	0	<b>Schw.-bew. Kondition:</b>	0
<b>Sonstiges:</b>			
<b>TNzahl:</b>	3 bis 6		
<b>alpenvereinaktiv.com:</b>			
<b>Ausbilder:</b>	Andreas Helmcke, Léonie Chiroux, Email: kurse@helmcke.name		
<b>Anmeldung:</b>	Online bis 08.11.2021		

Deutscher Alpenverein Sektion Berlin e.V., Seydlitzstr. 1K, 10557 Berlin  
Sitz: Berlin, AG Charlottenburg, VR 1083 B

**Tel.** 030 / 251 09 43 | **Fax:** 030 / 25 29 99 89 | **eMail:** kurse@dav-berlin.de

**Öffnungszeiten und Telefonservice:**

Montag 14.00 - 19.00 Uhr | Mittwoch 14.00 - 19.00 Uhr | Freitag 09.00 - 14.00 Uhr