

[A] Klettertechnik für Kletternde im Schwierigkeitsgrad 5 und 6

Kursnummer:	230788		
Ort:	DAV Kletterzentrum Berlin		
Unterkunft:	-		
Vorbesprechung:	.. (Uhr)		
Kursbeginn:	20.11.2023 (17:30 Uhr)	Kursende:	18.12.2023 (20:30 Uhr)
Anz. d. E.-Termine:	3		
Einzeltermine:	20.11., 04.12. und 18.12.2023, jeweils von 17.30 bis 20.30 Uhr		
Preis:	60 Euro (Junior: 60 Euro)		
Zusätzl. Kosten:	Eintritt KLZ		
Leistungen:	Organisation/Ausbildung		
Inhalte:	<p>Folgende Inhalte werde ich vermitteln:</p> <p>Technikleitbild Wandklettern zur kraftsparenden Fortbewegung in der Vertikalen Teil 1: Gezieltes Aufwärmen, Technikleitbild Wandklettern Frontal, Schwerpunkt Drüber und Rauf Teil 2: Tritttechnik, entkoppelt Anlaufen, Technikleitbild Wandklettern Eingedreht Teil 3: Variation, Hüftauslösung, Stützen und Spreizen</p> <p>Ich freue mich auf Euch :)</p>		
Anforderungen:	abgeschlossener Vorstiegskurs und Klettern im 5. bzw. 6. Grad sowie sichern mit Halbautoamat		
Schw.-bew. Technik:	0	Schw.-bew. Kondition:	0
Sonstiges:			
TNzahl:	3 bis 5		
alpenvereinaktiv.com:			
Ausbilder:	Jens Tandler, Email: jens.tandler@dav-berlin.de		
Anmeldung:	Online bis 15.11.2023		

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

Tel. 0049 (0)30 / 213092600 | Fax: 0049 (0)30 / 213092649 | 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