

Bouldern

Bouldern (engl. *boulder* „Felsblock“) ist das Klettern ohne Kletterseil und Klettergurt an Felsblöcken, Felswänden oder an künstlichen Kletterwänden in Absprunghöhe.

KURSinHALTE

- viele Boulderspiele
- erlernen und verbessern diverser Klettertechniken
- Einführung in die Seil- und Knotenkunde
- Einführung in das Seilklettern (2 Blockveranstaltungen in einer Kletterhalle)

BOULDERRAUM

- Kletterfläche: 86 m²
- Baujahr: Juni 2014
- Griffe: ca. 550
- Routen: ca. 25
- Schwierigkeitsgrade: von 3 bis 6



AUSRÜSTUNG

- Hallenschuhe oder Kletterschuhe
- bequemes Sportgewand (ev. $\frac{3}{4}$ Hosen)
- Trinkflasche

GRUPPENEINTEILUNG

Beginner: für SchülerInnen, die noch nie einen Kurs besucht haben und einmal in diese Sportart „hineinschnuppern“ möchten

Advanced: für SchülerInnen, die bereits ein bisschen Erfahrung mitbringen und zumindest einmal einen Kurs besucht haben

Pro: für SchülerInnen, die schon manchmal mit den Eltern oder Freunden privat klettern gehen und schon mehrere Kurse besucht haben. Dieser Kurs soll auch als Training für die Teilnahme an Schulwettkämpfen dienen.

KURSBEGINN

Montag 1.10.2018

KURSZEITEN

Bouldern Beginner	HOLZ	1.-4. Kl.	8/12	Montag	14.00 - 15.00	Boulderraum	130,--
-------------------	------	-----------	------	--------	---------------	-------------	--------

8 Einheiten finden im Boulderraum der Schule statt, 7 Einheiten auf 2 Nachmittage geblockt in einer Kletterhalle der Umgebung