

AUSBILDUNG Grundkurs: FELS

Bergsteigen lernen mit Genussklettern



Zeit: 10.07.2004 - 15.07.2005

Ziel: Klettern ist Gesund und reizvoll für jung und alt. Niemand ist automatisch schwindelfrei und niemand wird als Klettergenie geboren. Durch eine fundierte Ausbildung helfen wir Ihnen die elementaren Grundkenntnisse, die richtige Alpinstechnik und das Know-how für sicheres und risikobewusstes Bergsteigen optimal zu vermitteln, dass sie anschließend leichte Klettertouren selbständig durchführen können.

Preis: € 330, -- Führung p/Pers. **Leihhausrüstung kostenlos.**

Tourenplan:

- SO. 10.07.05 Treffen um 14.00 Uhr in Kappl Ulmich Nr.422, mit dem Bergführer, Parkplatz für PKW, Ausrüstungscheck. Aufstieg zur Niederelbe-Hütte ca. 2 ½ Std.
- MO. 11.07.05 Trittschulung im Klettergarten, Grundtechniken – Greifen – Körperschwerpunkt, Seil und Sicherungstechnik uvm.
- DI. 12.07.05 Besteigung der Fatlarspitze (2986m) Klettern in der Seilschaft, Schwierigkeit II - III. Abseilen über die Ost-Wand.
- MI. 13.07.05 Überschreitung der Madaunspitze (2961m) Gratkletterei II – III
- DO. 14.07.05 Kaminkletterei durch Roukla-Südwandkamin-Rouklaspitz Schwierigkeit III – IV oder Normalweg II, luftige Abscelpiste.
- FR. 15.07.05 Selbständiges Führen der Gruppe unter Aufsicht des Bergführers auf die Sessladspitze (2949m) Schwierigkeit II, Abstieg ins Tal.

Abend-Vorträge über: Alpine Gefahren, -Wetterkunde, Tourenplanung Orientierung mit Karte -und Kompass, Ausrüstung –und Materialkunde, Natur -und Umwelt, Fauna und Flora.

Ausrüstung: Leichte, wasserfeste, klettertaugliche Bergschuhe, od. Wanderschuhe, Hüttenschuhe, Berghose, (Überhose, Regen und Windschutz), Anorak, Pullover, Gamaschen, Mütze, Handschuhe, Reservewäsche, Sonnenbrille, Sonnenschutzmittel, Trinkflasche auch für warme Getränke, evtl. Teleskopstöcke, evtl. Hüttenschlafsack, Rucksack ca. 40 Liter. Um Ihnen Kosten zu sparen, stellt die Alpinschule Tirol folgende Ausrüstung **kostenlos** für die Woche zur Verfügung:

Brust –und Sitzgurte, 4 Karabiner, 2 Reepschnüre 5m Länge 6mm, 1 Bandschlinge Helm, moderne Sicherungsgeräte wie Tiblok – Minitraxion – Ascension und weitere. Empfehlung: Zur kleinen Stärkung am Tage eignen sich Müsli - Sportriegel oder ähnliches. Der Grundkurs Fels setzt keine alpine Kenntnisse voraus. Die Routenwahl wird jeweils vorher mit den Teilnehmern besprochen und je nach Wohlbefinden ausgewählt. Es liegt im Ermessen und der Verantwortung des Bergführers entsprechend der Wetter -und/oder der Geländebedingungen, sowie bei Gefahr für die Teilnehmer, den Tourenplan entsprechend zu ändern. Dies berechtigt nicht zur Rückforderung der Teilnehmergebühren. Preis für Übernachtung: HP, Frühstück /Abendessen ca. € 30, -- p/Tag u./Pers.

Anmerkung zur Bergsteigerausrüstung:

Bergschuhe: Kletterschuhe bis 4.Grad geeignet, auch Allround –und Trekkingschuhe.

Berghose: Atmungsaktiv –elastisch, möglichst wasserabweisend –und winddicht.

Anorak: aus Gore-Tex oder Sympatex, Ultratex oder Mikrofaser-Material.

Regenschutz: Überhose mit seilt. Reißverschluss, Gore-Tex od. PU-Polyurethan-Material.

Mütze/Handschuhe: Hut od. Schildkappe, Wollmütze bei Kälte, Gewalkte Wollhandschuhe.

Reservewäsche: Kunstfaserunterwäsche Schweiß-transportierend –dazu ein Funktionshemd, od. Unterwäsche aus Naturfaser, Bekleidung darüber immer in mehreren Schichten im Zwiebelsystem.

Bergerlebnis mit **ALPINSCHULE**



Aus kleinen Träumen können irgendwann einmal große Erfolge werden.



Die Alpinschule Tirol ist Träger des Gütesiegels der Alpenschulen Österreich und garantiert damit Qualität und Sicherheit in den Bergen. Die Träger des Gütesiegels der Alpenschulen Österreich verpflichten sich, alle Kriterien für den Erhalt des Gütesiegels einzuhalten, insbesondere geben sie die Garantie, dass alle Touren und Kurse von ausgebildeten und autorisierten Bergführern geleitet werden.