



Steigere dein
Kletterkönnen mit unserem

TECHNIKTRAINING

6. – 7. Grad UIAA

7. – 8. Grad UIAA

120 €
Je Teilnehmer



UNSERE KURSANGEBOTE

18+

Das Mindestalter
beträgt 18 Jahre



2 x 3 Stunden
Termine nach Vereinbarung



Ab 3 Teilnehmern!
Max. 6

VORAUSSETZUNGEN

Selbstständiges Klettern jeweils im 6. oder 7. Grad UIAA
+
Beherrschen der gängigen Sicherungstechniken
beim Sichern im Vorstieg

1

Techniktraining Vom 6. in den 7. Grad UIAA

- Klettertechniken: Frontal, eingedreht, entkoppelte Bewegungen, dynamisches Greifen, „leises“ Treten
- Grifftechnik
- Tritttechnik
- Bewegungsarten
- Effizientes Klettern
- Taktik beim Klettern

2

Techniktraining Vom 7. in den 8. Grad UIAA

- Effizientes Klettern
- Taktik beim Klettern
- Routen gezielt projektieren
- Rotpunktklettern
- Videoanalysen

KURSinHALTE

Dieser Kurs passt sich individuell an deine Bedürfnisse und dein Leistungsniveau an, indem relevante Themen nach einer Analyse deiner Stärken und Schwächen gezielt behandelt werden.