

---

## EISKLETTERN AUFBAUKURS



<b>Ort:</b>	Pitztal
<b>Termine:</b>	28.-30.01.12, 25.-27.02.12
<b>Können:</b>	● ● ●
<b>Ausdauer:</b>	● ● ●
<b>Preis:</b>	€ 390,- pro Person
<b>Teilnehmer:</b>	4-6
<b>Leistungen:</b>	Betreuung und Führung durch staatl. gepr. Bergführer, ÜF DZ (EZ gegen Aufpreis möglich), Leihhausrüstung

- 
- **Ideal für Eiskletterer mit Erfahrung**
  - **Als Aufbau zum Basiskurs**
  - **Kletter- und Sicherungstechniken für den Vorstieg**
  - **Eiskletterausrüstung zum Testen**
  - **Großer Übungseffekt mit Mehrseillängen-Tour**

---

Für alle, die nicht von der eisigen Winterwelt lassen können, bietet dieser Kurs vor allem Sicherungstechnik und Taktik für Vorstiege. Darüber hinaus soll das Klettervermögen verbessert und ökonomisiert werden. Unseren Erfahrungen entsprechend finden wir im Pitztal die besten Voraussetzungen für diesen Kurs. Je nach Eisverhältnissen kann es jedoch sein, dass wir an einen anderen Ort ausweichen müssen.

---

### Informationen zur Veranstaltung

Der Kurs umfasst eine Einführung in die Sicherungstechnik für den Vorstieg, so dass die Teilnehmer selbständig Routen mit mehreren Seillängen begehen können. Hierfür sind Vorerfahrungen aus

---

**Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH**

**Büro:** Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** \*49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** \*49 (0) 7051-15 96 827 · **www.bergfuehlung.de** · **info@bergfuehlung.de**

---

unserem Einsteigerkurs oder von eigenen Eisklettertouren notwendig. Darauf aufbauend werden die Themen Zwischensicherungen, Standplatzbau und Rückzug im Eis behandelt.

Daneben steht das Eisklettern im Mittelpunkt des Kurses. Gerade im Vorstieg sollten ökonomische Klettertechniken genug Kraft für das Anbringen der Zwischensicherungen lassen. Wir probieren verschiedene Tricks aus, um auch in steilem Eis möglichst „locker“ steigen zu können. Beim Techniktraining wird im Toprope gesichert.

Pro Kurstag sind wir 5-6 Stunden im Eis.

#### **Inhalte**

Wiederholung und Verbesserung der gängigen Klettertechniken: Raupentechnik und Diagonaltechnik

Sicherungstechnik: Standplatzbau, Setzen von Zwischensicherungen, Abseilen und Rückzüge im Eis

Vorstiegstraining: Taktisches Vorgehen

Materialkunde, richtiges Schärfen der Eisausrüstung

Begehung einer Mehrseillängen-Route (ca. 3-4 SL)

#### **Zeitlicher Ablauf**

Beginn 10 Uhr

1.Tag: Wiederholung Klettertechnik und Sicherungstechnik;

2.Tag: Verbesserung der Klettertechniken, Vorstiegstraining;

3.Tag: Mehrseillängen-Tour;

Der Kurs wird gegen 16.00 Uhr beendet sein.

---

#### **Teilnahmevoraussetzungen**

Sie benötigen für alle unsere Veranstaltungen eine gute Gesundheit, körperliche und geistige Fitness sowie Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein.

#### **Ausdauer:**

Eine gewisse Kältetoleranz ist bei dieser Sportart gut, denn meist befindet man sich in schattigen Tälern. Dafür sind Motivation und eine gute allgemeine Fitness notwendig. Sie verbringen 5-6 Stunden draußen – natürlich auch bei Minusgraden. Warme Bekleidung und heiße Getränke helfen.

#### **Können:**

Dieser Kurs ist speziell als Aufbaukurs für Teilnehmer konzipiert, die bei einem Basiskurs oder anderweitig erste Kenntnisse und Grundfertigkeiten erworben haben.

---

#### **Risikohinweis**

Wir weisen darauf hin, dass Eisklettern eine Sportart ist, die auch bei bestmöglicher Organisation und Sicherung ein erhöhtes Risiko birgt. Bitte nehmen Sie nicht an dieser Veranstaltung teil, wenn Sie ein erhöhtes Risiko nicht tragen wollen.

---

Beim Eisklettern handelt es sich dabei besonders um die Gefahr von Eisschlag und das Verletzungsrisiko beim Klettern.

Des Weiteren ist die Durchführung der Veranstaltung von allgemeinen Bedingungen (vor allem vom Wetter) abhängig. Diese Bedingungen können sich sehr kurzfristig ändern. Aus Sicherheitsgründen müssen wir uns vorbehalten, die Durchführung der Veranstaltung zu ändern oder sogar ganz abzusagen. Derartige Maßnahmen sind zu Ihrer eigenen Sicherheit. Selbstverständlich ist unser Team stets bemüht, die Veranstaltung wie geplant durchzuführen. Änderungen am ausgeschriebenen Programm werden nur vorgenommen, wenn keine anderweitigen Lösungen möglich sind.

---

### **Versicherungen**

In dem vorliegenden Reisearrangement sind keine Versicherungen enthalten. Bitte sorgen Sie selbst für ausreichenden Versicherungsschutz. Vor allem notwendig sind eine Auslandsreise-Krankenversicherung und eine Reiseunfallversicherung. Versicherungscoupons liegen bei oder können bei uns angefordert werden.

---

### **Weitere zu erwartende Ausgaben**

Versicherungen, Verpflegung, Reisekosten

---

### **Unterkunft**

Wir übernachten in einer familiären Frühstückspension, die mit dem Auto erreichbar ist.

---

### **Treffpunkt**

Wird entsprechend der Verhältnisse noch bekannt gegeben

---

### **Anfahrt Zug**

<http://reiseauskunft.bahn.de/bin/query.exe/d>

oder melden Sie sich bei uns zur Bildung von Fahrgemeinschaften

---

### **Verantwortung**

Die Bergfuehlung ist CSR-zertifiziert (Nachhaltigkeits-Audit). D.h. wir übernehmen mit nachhaltigen Reisekonzepten Verantwortung gegenüber unserer Natur und Umwelt. In diesem konkreten Fall bedeutet dies beispielsweise das Verhältnis Anfahrt zu Verweildauer und die maximale Gruppengröße.

---



**Bergfuehlung – Die Alpinsportschule GmbH**

**Büro:** Kimmichwiesen 5, 75365 Calw · **Fon:** \*49 (0) 7051-15 96 828 · **Fax:** \*49 (0) 7051-15 96 827 · **www.bergfuehlung.de** · **info@bergfuehlung.de**

---

### Ausrüstung

Welche Ausrüstung Sie mitbringen müssen, steht in der folgenden Liste. Auf Anfrage können Sie einzelne Ausrüstungsgegenstände von uns leihen. Bitte geben Sie diese bei der Anmeldung mit an.

---

### Kletterausrüstung

- steigeisenfeste Bergschuhe
- 2 Steileisgeräte
- steileistaugliche Steigeisen (an Schuhe angepasst)
- Hüftgurt
- 2 HMS-Karabiner
- 2 weitere Karabiner mit Verschlussicherung
- 6 Normalkarabiner
- 2 Ice-Clipper (Materialkarabiner aus Kunststoff)
- 1 kurze (60 cm), 2 lange (120 cm) Bandschlingen, vernäht
- 1 Abseilachter oder Tube (z. B. Reverso oder ATC)
- Prusikschlingen
- Reepschnüre zum Abseilen
- Eissanduhr-Fädler
- Helm
- LVS-Gerät, Lawinensonde, Lawinenschaufel
- Skistöcke/Teleskopstöcke

### Kleidung

- wasserdichte Jacke und Hose
- Tourenhose
- Fleecepullover und/oder Softshelljacke
- leichte, warme Jacke (z. B. Daune oder Primaloft) zum Überziehen bei Pausen
- warme Funktionsunterwäsche
- mind. 2 Paar Fingerhandschuhe (unterschiedlich dick)
- helmtaugliche Mütze
- Gamaschen



Die Alpinsportschule

Seite 5

---

### Sonstiges

- Rucksack (ca. 35l)
- Sonnenbrille und Sonnencreme
- Seiden- oder Baumwollschlafsack (bei MZ)
- Stirnlampe

### Verpflegung

- Thermos- und Trinkflasche
- Vesper

### Gruppenausrüstung (Mitnahme nach Absprache)

- Halbseile/Zwillingsseile
- Einfachseile
- Eisschrauben
- Expressschlingen, je 8 Stück
- Erste-Hilfe-Kit
- Biwaksack (2-Pers.)
- Führer und Karten
- Feilen