

Veranstungsbriefing

Eisklettern Basiskurs

Wer dem Zauber des Eiskletterns erlegen ist, kann in diesem Kurs erste wichtige Sicherungs- und Klettertechniken erlernen. Eine solide Ausbildung ist gerade in dieser Disziplin besonders wichtig. Birgt sie doch einige Risiken. Da das Eisklettern ganz wesentlich von den Verhältnissen abhängt, suchen wir uns den Ort mit den besten Bedingungen aus: Tannheimer Tal, Sellrain oder Pitztal.

Web-Adresse dieser Veranstaltung:

https://www.bergfuehlung.de/de/mtermin/Eisklettern_Basiskurs



Kondition:



Fahrtechnik:



Preis:

495,00 EUR

Termin:

Fr, 01.02.2019 um 10:00 Uhr

bis So, 03.02.2019 um 16:00 Uhr

Der Kurs umfasst eine Einführung in die Sicherungstechnik im Toprope, so dass sich die Teilnehmer gegenseitig sichern können. Hierfür sind Vorerfahrungen aus der Kletterhalle oder dem Sportklettern hilfreich, aber keine Voraussetzung. Dann steht das Eisklettern im Mittelpunkt des Kurses. Es besteht ausgiebig Gelegenheit, verschiedene Routen zu klettern und die Welt gefrorener Wasserfälle kennen zu lernen. Der Bergführer unterstützt mit Hinweisen und Übungsformen zum sinnvollen Einsatz der Steigeisen und Eisgeräte. Das Setzen von Eisschrauben und Aufbauen eines Standplatzes im Eis sind weitere Schwerpunkte unserer Ausbildung. Wer möchte, kann sich dann in die ersten Vorstiege wagen. Pro Kurstag sind wir 5-6 Stunden im Eis.

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:

Vorerfahrungen im Fels- oder Eisklettern sind von Vorteil, aber nicht Voraussetzung. Notwendige Sicherungs- und Klettertechniken werden geschult.

Enthaltene Leistungen

- Führung und Betreuung durch Bergführer
- allgemeine Eiskletterausrüstung leihweise (Seile, Eisschrauben)
- persönliche Eiskletterausrüstung leihweise (Eisgeräte, Steigeisen)

Benötigte Ausrüstung

Bergausrüstung

- Lawinenverschütteten-Suchgerät, Schaufel, Sonde (falls vorhanden)
- Bergstiefel mit möglichst steifer Sohle (Kat. BC oder höher)
- Gamaschen
- Anseilgurt
- Karabiner (2 HMS Safelock, 4 Normal)
- Bandschlingen (1x 120 cm + 1x 60 cm)
- Alpinhelm
- Sicherungsgerät Autotuber
- Rucksack min. 30 Liter

Kleidung

- Wasserdichte Jacke
- Wasserdichte Überhose
- Dünne Isolierjacke (Wolle, Synthetik, Daune)
- Fleecejacke (Synthetik, Merino)
- Thermounterwäsche (Merino, Synthetik)
- Handschuhe (1x dick + 1x dünn)
- Mütze (gegen Kälte) + Schirmmütze (gegen Sonne)

Wichtige Kleinigkeiten

- Starke Sonnencreme und Lippenchutz (min. LSF 30)
- Waschzeug und persönliche Medikamente
- Thermosflasche mit Heißgetränk
- Brotzeit, Riegel, Schokolade...

Inhalte

- Bewegungs- und Klettertechniken



- Sicherungstechnik Eis
- Wetterkunde
- Ausrüstungskunde
- Ökologie und Umweltschutz

Du hast Fragen?

Du erreichst uns per E-Mail unter info@bergfuehlung.de sowie telefonisch unter 07051 / 1596828.