

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Mehrseillängenklettern für Einsteiger

VOM KLETTERGARTEN AN DIE HOHEN WÄNDE (CH) | 1 TAG

Eine Seillänge ist dir nicht genug? An diesem Tag hast du die Möglichkeit, den Schritt aus dem Klettergarten zu Mehrseillängenrouten im Plaisir-Bereich zu wagen. Unter Anleitung des Bergführers lernst du die Grundlagen für das Klettern von Mehrseillängenrouten kennen und unternimmst deine ersten längeren Klettertouren.

Inhalt	Du vertiefst die Grundkenntnisse aus dem Klettergarten und lernst, worauf bei Mehrseillängenrouten zu achten ist: • Standplatzbau in Plaisir-Routen • Sicherungstechnik und Seilhandhabung • Abseilen • Materialkunde (Ausrüstung) • Führerliteratur und Topos anwenden
Ziel	Du erlernst das Basiswissen für das Klettern von Mehrseillängenrouten. Du kannst an geführten Klettertouren teilnehmen.
Technik	leicht-mittel Kenntnisse aus dem Kurs Sportklettern für Einsteiger oder vergleichbarer Ausbildung sind erforderlich. Sicherungstechnik: erste Kenntnisse im Vor- und Nachstiegssichern erforderlich
Kondition	leicht Grundkondition für Zustiege bis zu 1 Stunde
Treffpunkt	09.00 Uhr, Mammut Store Andermatt / Imholz Sport, Piazza Gottardo (Zugankunft 8.24 Uhr Bahnhof Andermatt)
Abreise	Ca. 15.30 Uhr am Ausgangsort

Leistungen

Inklusive	• Führung und Betreuung durch Bergführer • Mietmaterial • 15% Rabatt auf deinen Einkauf auf Mammut.com
Exklusive	• Anreise • Transporte • Zwischenverpflegung und Getränke

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Programm

Tag 1

Nach der Begrüssung und einem kurzen Programmüberblick sowie der Verteilung des Mietmaterials geht es los an die Felsen. Die Umgebung ist ideal, der griffige Fels könnte kaum besser sein zum Klettern. Die Ausbildungsinhalte werden sogleich im Fels angewendet. Gemeinsam mit dem Bergführer wählst du die je nach Verhältnissen besten Routen und geniesst die schöne Kletterei, während du gleichzeitig dein Know-How vertiefst.

ZERMATTERS

ALPINE SCHOOL

Mietmaterial

Unser Bergführer bringt das bestellte Mietmaterial an den vereinbarten Treffpunkt. Folgendes Material kann bei uns gemietet werden:

- ☐ Klettergurt
- ☐ Kletterschuhe
- ☐ Helm

Technische Ausrüstung

- ☐ Tagesrucksack ca. 25l
- ☐ Klettergurt
- ☐ Kletterschuhe
- ☐ Helm

Bekleidung

- ☐ 1x Windjacke (wind- und wasserabweisend, bspw. Gore-Tex)
- ☐ 1x Leichte Überhose (wind- und wasserabweisend, bspw. Gore-Tex)
- ☐ 1x Softshelljacke
- ☐ Kletterhose (Trainerhose, elastische Wanderhose)
- ☐ 1x Isolation (bspw. leichte Daunenjacke)
- ☐ Funktionsunterwäsche (kurz/lang)
- ☐ dünne Socken oder Strumpfsocken
- ☐ Mütze / Sonnenhut
- ☐ Funktionelle Socken
- ☐ Wasserabweisende Trekking- oder Bergschuhe mit starker, trittfester Sohle und stabilem Schaft (ausreichender Knöchelschutz)

Verpflegung

- ☐ Getränke und Lunch müssen selbst mitgenommen werden

Diverses

- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Sonnen- und Lippencreme (LSF 30 oder mehr)
- ☐ Fotoapparat (optional)
- ☐ Trink-/Thermosflasche (aus bruchsickelem Material)
- ☐ Kleine Apotheke für persönlichen Bedarf