

# Wochenend-Kletterkurs

## Sportklettern, Freeclimbing oder einfaches Klettern

### GRUPPEN AB 8 PERSONEN

Sie wollen hoch hinaus? Gönnen Sie sich den Spaß bei einem Kletterkurs. In der Jugendherberge Lochen kann man unter Leitung ausgebildeter Kletterlehrer ganz gefahrlos die ersten Schritte am Fels oder in der hauseigenen Kletterhalle wagen. Das Training findet am ersten Tag an der Kletterwand der Jugendherberge statt und danach im Naturpark „Oberes Donautal“ oder alternativ – je nach Wetterlage – in der Kletterhalle Ostwand in Balingen.

Ein Einsteigerkurs, auch für die ganze Familie, denn gemeinsam macht's am meisten Spaß.

Geboten wird eine Einführung ins Sportklettern. Es wird die Seil-, Sicherungs- und Knotenkunde geschult. Betreut wird der Kurs von erfahrenen und ausgebildeten Kletter-Pädagogen, damit bei den ersten Griffen und Tritten am Fels oder an der Kunstwand nichts schief gehen kann. Abhängig vom Können wird eine individuelle Förderung in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen angeboten. So kommen auch Fortgeschrittene auf ihre Kosten.

### 1. Tag: FREITAG

Anreise bis 17.30 Uhr –

gemeinsames Abendessen um 18.00 Uhr

ab 20.00 Uhr – ca. 22.00 Uhr:

Theoretische Einweisung ins Sportklettern und gegenseitiges Kennenlernen

### 2. Tag: SAMSTAG

09.30 Uhr: Klettereinführung in der Kletterhalle der Jugendherberge

12.00 Uhr: Mittagessen

13.00 Uhr: Die ersten Griffen und Tritte in der Halle der Jugendherberge bzw. Kletterhalle in Balingen oder am Fels im Donautal – je nach Wetterlage.

18.00 Uhr: Abendessen

20.00 Uhr: Seil-, Sicherungs- und Knotenschulung: wenn das Wetter mitspielt am Lagerfeuer / anschließend gemütliches Beisammensein

### 3. Tag: SONNTAG

08.00 Uhr: Frühstück – Lunchpakete packen

09.00 Uhr: Abfahrt an die Kletterfelsen ins Donautal, alternativ in die Kletterhalle nach Balingen.

Die Abendgestaltung kann je nach Wunsch der Teilnehmer auch geändert werden – z.B. Schwimmbadbesuch – bitte auf alle Fälle vorsorglich Badesachen mitbringen.

### ALLGEMEINE HINWEISE

Termin nach Absprache buchbar.

Kursleitung: Helmut Lercher

Für Rückfragen zum Programm: Helmut Lercher, Tel.: 07431 / 61756, E-Mail: hlercher(a)yahoo.de

Beginn: Anreise zwischen 16:30 und 17:30 Uhr

Ende: Heimreise nach dem Klettern

Bitte mitbringen:

- DJH-Mitgliedskarte
- Krankenversichertenkarte (für alle Fälle)
- Handtücher, Hausschuhe
- Ersatzturnschuhe für die Kletterhalle (Wechselschuhe für's Klettern im Freien oder in der Halle)
- festes Schuhwerk,
- witterungstaugliche Kleidung, evtl. Regenjacke,
- kleiner Tagesrucksack, Trinkflasche, Brotdose,
- evtl. Badesachen und / oder Saunautensilien

### Leistungen

- ✓ 2 Ü / VP, Mehrbettzimmer (mit Waschbecken; DU / WC auf der Etage),
- ✓ Kursleitung, Leihhausrüstung
- ✓ Termin nach Absprache buchbar
- ✗ Nicht enthalten: Evtl. Kletterhalleneintritt, anfallende Fahrtkosten werden umgelegt.

### Termine & Preise

### Teilnehmerzahl

Mindestens 8 Teilnehmer

Höchstens 14 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.

## Information & Buchung:

Jugendherberge Balingen-Lochen,  
Auf der Lochen 1  
72336 Balingen-Lochen

 +49 711 664747-26  
 JH-Lochen@jugendherberge.de

## Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Baden-Württemberg e. V.  
Fritz-Walter-Weg 19  
70372 Stuttgart

 +49 711 16686-0  
 info-stuttgart@jugendherberge.de