

Ausbildungsprogramm 2018

Allgemeine Hinweise

Für die Mitglieder der Alpenvereins-Sektion Wasserburg bieten die Fachübungsleiter und Trainer der Sektion spezielle Ausbildungskurse und -Touren an.

Eine Teilnahme setzt grundsätzlich die Mitgliedschaft im Deutschen Alpenverein voraus.

Besonders hinweisen möchten wir auf die Veranstaltung „*Special Olympics für Menschen mit Handicap*“, welche von Trainern aus unserer Sektion unterstützt wird, und auf den neuen DAV-Klettertreff an der Realschul-Kletterwand.

Auch der freie Programmpunkt „*Klettern nach Wahl*“ wird wieder angeboten. Hier haben die Interessenten die Möglichkeit, Inhalt und Termin mit dem Trainer abzustimmen.

Die Anmeldung erfolgt in der Regel über die Organisatoren. Bei den Ausbildungskursen und -touren wird ein Ausbildungsbeitrag je Tag berechnet. Die Gebühren sind bei jedem Kurs separat beschrieben. In den Kurs- bzw. Teilnahmegebühren sind keine weiteren Kosten wie für Verpflegung, Übernachtung, Fahrt usw. enthalten.

Kletterkurs „Nach Wahl“

Kursbeschreibung: Kletterkurs mit frei wählbaren Kursinhalten. Egal ob Topropekurs oder Vorstiegskurs, Techniktraining, Sturztraining oder Bouldern; auch Felskurse sind möglich.

Ob für Anfänger oder Fortgeschrittene - die Kurse werden ganz individuell nach Wunsch gestaltet.

Voraussetzung: Gruppe von 2-4 Personen.

Ausrüstung: nach Absprache.

Kursort: Beliebig nach Wunsch und Wetterverhältnissen.

Termin: Nach telefonischer Vereinbarung (alle Wochentage sind möglich).

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €, zzgl. Eintritt und Fahrtkosten.

Kursleitung und Anmeldung:

Trainer C Stefan Edl, Tel. 0176/34520697, stefan-edl@gmx.de

Einführung in die Skitourentechnik

Kursbeschreibung: In sicherem Gelände wird das Skitourengehen erlernt. Wir werden gemeinsam die zehn Stationen des Skitourenlehrpfads am Unternberg bei Ruhpolding durchgehen. Für den Aufstieg, ca. 750 Hm, werden wir ca. 3-4 Std. benötigen. Einkehr in der Unternberg-Alm. Nach gemütlichem Beisammensein rundet die gemeinsame Abfahrt den Kurstag ab.

Kursinhalte: Überprüfung der Notfallausrüstung, Handhabung des LVS-Gerätes, Aufstiegs-Technik, wie z.B. Spitzkehren etc.

Voraussetzung: Komplette Skitourenausrüstung, LVS-Gerät (Batterien prüfen!), Sonde, Schaufel, 1.-Hilfe-Set, Skier oder Board mit Bindung für Aufstieg, Felle, gute Pistenskikenntnisse.

Termin: Sonntag, 21. Januar, 9 Uhr, Busbahnhof Wasserburg.

Kursort: Unternberg bei Ruhpolding.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@gmx.de

Variantskikurs mit LVS-Training

Kursbeschreibung: Die Skitechnik im unwegsamen Gelände verbessern. Die Handhabung der Notfallausrüstung (LVS-Ausrüstung) wieder ins Gedächtnis rufen und die Taktik der Verschüttetensuche in praktischen Schritten vermitteln.

Kursinhalte: Überprüfung der Notfallausrüstung, Handhabung des LVS-Gerätes, Skitechnik und Taktik im Gelände, evtl. leichte Skitour.

Voraussetzung: Komplette Skitourenausrüstung, LVS-Gerät (Batterien prüfen!), Sonde, Schaufel, 1.-Hilfe-Set, Skier oder Board mit Bindung für Aufstieg, Felle, gute Pistenskikennntnisse.

Kursort: Skigebiet Alpbach, Übernachtung in der Pension Alpenruh, Inneralpbach.

Termin: Fr 26. Jan., 17 Uhr, - So 28. Jan., Busbahnhof Wasserburg

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 20,- €, andere Sektion 40,- €, Liftkosten je nach Aufwand.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@gmx.de

Langlaufkurs Skating

Kursbeschreibung: Langlaufausbildung für Anfänger und Fortgeschrittene.

Voraussetzung: Allgemeine Sportlichkeit, Skating-Langlaufausrüstung.

Kursort: Nach Absprache, abhängig von der Schneelage.

Termin: Samstag, 10. Februar

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Babette Altmannspurger, babettealtmannspurger@arcor.de, Tel. 0176/41679923

Bei der Anmeldung bis zum 5. Februar bitte Angaben zum Können - Anfänger, Vorkenntnisse, guter Läufer etc. - machen.

Special Olympics für Menschen mit Handicap

Beschreibung: Die Stiftung Attl veranstaltet einen Klettertag für Menschen mit Handicap.

Trainer der Alpenvereinssektion Wasserburg unterstützen diese Veranstaltung und helfen bei der Kletteraufsicht.

Veranstaltungsort: Kletterhalle Waldkraiburg.

Termin: Samstag 10. März

Veranstaltungsleitung, Info und Anmeldung:

Gerhard Posch, Stiftung Attl, Tel. 08071/921578

Anfängerkurs Klettern im Toprope (2 Termine)

Kursbeschreibung: Knotenkunde und Sicherungstechnik, grundlegende Klettertechniken.

Kursinhalt: Abnahme des DAV-Kletterscheins „Indoor Toprope“.

Voraussetzung: Mindestalter 14 Jahre.

Kursort: Kletterhalle Waldkraiburg.

2 Termine: Di 20. und Do 22. März, jeweils von 18 - 21.30 Uhr.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- € für beide Abende plus Eintritt Kletterhalle jeweils.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Trainer C Vroni Moser, vronimoser@ahoo.com,

Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuehn@gmx.de,

Tel. 0176/21063677

Mtb-Fahrtechnik on Tour - Saisonauftakt in Südtirol

Kursbeschreibung: Wo bei uns noch Schnee auf den Bergen liegt, können wir im sonnigen Südtirol schon die Kondition für die kommende Saison aufbauen. Auf leichten Trails bringen wir unsere Fahrtechnik wieder auf Vordermann!

Kursinhalte: Während der Touren werden Fahrtechniktipps vermittelt und Schlüsselstellen gemeinsam erarbeitet.

Voraussetzung: Erfahrungen mit dem Mtb auf Singletrails, funktionssicheres Mtb mit Federgabel, lange Handschuhe und Helm, Knieprotektoren falls vorhanden.

Tourdaten: je ca. 50 km, je ca. 500-1000 Hm.

Termin: Freitag, 13. (16 Uhr Busbahnhof) bis Sonntag, 15. April.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 20,- €, andere Sektion 40,- €.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@gmx.de

Mtb-Fahrtechniktraining für Anfänger

Kursbeschreibung: Gemeinsam wollen wir unser Können auf dem Mountainbike erweitern! Mit wertvollen Tipps und einfachen Übungen soll es in Zukunft gelingen, mit allen möglichen Fahr-situationen locker und streßfrei umzugehen!

Voraussetzung: Erste Erfahrungen mit dem Mtb, funktionssicheres Mtb mit Federgabel, Handschuhe und Helm.

Kursort: Wasserburg, Badria-Parkplatz.

Termin: Freitag, 13. April, 15 Uhr.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

FÜL Bernhard Oberhuber, Tel. 0176/34443646, ob.mtb@gmx.de

Fortgeschrittenenkurs Klettern im Vorstieg (2 Termine)

Kursbeschreibung: Aufbaukurs zum DAV-Kletterschein „Indoor Toprope“, Partnercheck, Vorstieg-Sichern, Vorstieg-Klettern.

Kursinhalt: Abnahme des DAV-Kletterscheins „Indoor-Vorstieg“.

Voraussetzung: Mindestalter 14 Jahre.

Kursort: Kletterhalle Waldkraiburg.

2 Termine: Di 17. und Do 19. April, jeweils 18 bis 21.30 Uhr.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- € für beide Abende plus Eintritt Kletterhalle (jeweils).

Kursleitung und Anmeldung:

Trainer C Vroni Moser, vronimoser@ahoo.com,

Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuehn@gmx.de,

Tel. 0176/21063677

Klettersteigkurs für Anfänger

Voraussetzung: Allgemeine Fitness und Trittsicherheit.

Kursinhalte: Ausrüstung richtig anwenden, praktische Übungen, Klettersteig begehen.

Kursort: Hausbachfall-Klettersteig in Reit im Winkl.

Termin: Sonntag, 29. April.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €.

Kursleitung und Anmeldung:

Christian Ramm, Tel. 0174/2708999,

Kaj Petersen, Tel. 0162/9211151



Klettertreff an der Realschul-Kletterwand

Beschreibung: Von April bis September bietet die Alpenvereinssektion Wasserburg jeden Dienstag im Monat die Möglichkeit eines unverbindlichen Klettertreffs (ersetzt keinen Kletterkurs). Die Absprachen und ggf. Absagen erfolgen via What's App Gruppe, daher bitten wir um einmalige, vorherige Kontaktaufnahme.

Voraussetzung: Beherrschen der Sicherungstechnik mit eigenem Sicherungsgerät. Empfohlen werden Halbautomaten und halbautomatische Tuber.

Treffpunkt: Realschul-Kletterwand, Wasserburg.

Termin: April bis September, 18.30 Uhr (nur bei gutem Wetter).

Organisatoren, Info und Anmeldung:

Trainer C Klettern Eva Schupp, Tel. 08071/103215,

Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuehn@gmx.de,

Tel. 0176/21063677

Mtb-Fahrtechnik - nur für Mädels

Kursbeschreibung: In lockerer Atmosphäre nutzen wir die Umgebung von Wasserburg, um die Fahrtechnik zu verbessern. Am Vormittag vertiefen wir die Grundkenntnisse auf einem geeigneten Parkplatz. Anschließend werden wir sie auf verschiedenen Strecken rund um Wasserburg umsetzen.

Kursinhalt: Auffrischung der Fahrtechnik am Parkplatz, dann Umsetzung der gewonnenen Erkenntnisse auf freier Strecke.

Voraussetzung: Erfahrungen mit dem Mtb, funktionssicheres Mtb (auch Hardtail) mit Federgabel, lange Handschuhe und Helm, Knieprotektoren falls vorhanden.

Termin: Sonntag, 6. Mai, 10 Uhr, Busbahnhof Wasserburg.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@gmx.de

Kletterkurs

Kursbeschreibung: Von der Halle an den Fels.

Kursinhalte: Ausrüstung richtig anwenden, Unterschiede feststellen zwischen Hallen- bzw. Felsklettern, Umlenkung umfädeln.

Voraussetzung: Sicher Sichern im Toprope und im Vorstieg.

Kursort: Auerwandl (Oberwössen) oder Zellerwand (Schleching).

Termin: Sonntag, 6. Mai.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Christian Ramm, Tel. 0174/2708999,

Kaj Petersen, Tel. 0162/9211151

Klettersteigkurs für Anfänger

Voraussetzung: Allgemeine Fitness, Trittsicherheit.

Ausrüstung: Klettersteigset, Hüftgurt, Helm und Handschuhe.

Kursort: Kaisergebirge.

Termin: Sonntag, 27. Mai.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- €.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

FÜL Claus Fredlmeier, Tel. 08071/40156

Alpin-Kurs

Kursbeschreibung: Es werden Inhalte wie Sicherungsmethoden, Knotenkunde, Abseilen, Gehen im steilen Schnee und Eis, leichtes Klettern usw. vermittelt. Zielgruppe sind Einsteiger und Wieder-Einsteiger; es kann auch eine Gruppe von bereits erfahreneren Bergsteigern gebildet werden.

Voraussetzung: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.



Ausrüstung: Hüftgurt, Helm und nach Absprache.

Kursort: Blaueishütte, Hochkalter.

Termin: Fr bis So 1.-3. Juni.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 30,- €, andere Sektion 60,- €

Kursleiter: FÜL Martin Grandl und FÜL Claus Fredlmeier,

Anmeldung bei Claus Fredlmeier, Tel. 08071/40156



Eisbildung (2 Termine)

Kursbeschreibung: Für Jugendliche und Erwachsene.

Der Kurs beinhaltet Übungen zur Spaltenbergung genauso wie die Möglichkeit, das Klettern am Eis zu üben.

Voraussetzung: Ausdauer, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.

Ausrüstung: Steigeisen, Pickel, Hüftgurt und Helm und nach Absprache.

Kursort: Taschachhaus im Pitztal, Öztaler Alpen.

2 Termine: Fr - So 6. - 8. Juli und Fr - So 20.-22. Juli.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 30,- €, andere Sektion 60,- €

Kursleitung und Anmeldung:

FÜL Georg Mühlbauer, Tel. 0175/2227406, gmts@live.de

Anfängerkurs Bouldern

Kursbeschreibung: Einführung ins Bouldern - das Klettern ohne Seil in Absprunghöhe.

Kursinhalte: Die Grundformen der Bewegung an der Wand sowie das richtige Abspringen.

Voraussetzung: Eigentlich keine, allgemeine Sportlichkeit.

Kursort: Boulderraum der DAV-Sektion Wasserburg im Fit & Fun.

Termin: Do 27. September, 18 bis 21 Uhr.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- € zzgl. Eintritt 2,- €

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Trainer C Vroni Moser, vroni.moser@ahoo.com,

Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuehn@gmx.de,

Tel. 0176/21063677

Grundkurs Klettern für Frauen (2 Termine)

Kursbeschreibung: Richtiges Anseilen, Einlegen der Sicherung, Partnerinnencheck und Selbstkontrolle, Ablassen und Toprope-Klettern, Einführung ins Bouldern.

Voraussetzung: Freude an der Bewegung, allgem. Sportlichkeit.

Kursort: Kletterhalle Rosenheim

2 Termine: Dienstag 13. und Dienstag, 20. November, jeweils von 18.30 bis 21.00 Uhr.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- € zzgl. Eintritt und Fahrtkosten.

Kursleitung und Anmeldung:

Trainer C Lissi Seibt, Tel. 0160/6459594

