

# Ausbildungsprogramm 2021

## Allgemeine Hinweise

Wir, die Trainer und Fachübungsleiter, versuchen trotz der derzeit schwierigen Lage bzgl. Corona für unsere Mitglieder spezielle Ausbildungskurse und -touren anzubieten.

**Eine Teilnahme setzt grundsätzlich die Mitgliedschaft im Deutschen Alpenverein voraus.**

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 angegeben.

In den Kurs- bzw. Teilnahmegebühren sind keine weiteren Kosten wie für Verpflegung, Übernachtung, Fahrt usw. enthalten.

Weitere Informationen stehen auf der Internetseite der DAV-Sektion Wasserburg zur Verfügung.

## „Klettertreff DAV Wasserburg“ in der Kletterhalle Waldkraiburg

*Beschreibung:* Von Oktober bis April bietet der DAV Wasserburg jeden Dienstag in der DAV-Kletterhalle Waldkraiburg die Möglichkeit eines unverbindlichen Klettertreffs. *Dieser ersetzt keinen Kletterkurs.* Absprachen innerhalb der Gruppe werden nach erstmaliger telefonischer Kontaktaufnahme geklärt.

*Voraussetzung:* Beherrschen der Sicherungstechnik mit einem eigenen Sicherungsgerät; empfohlen werden Halbautomaten und halbautomatische Tuber.

*Treffpunkt:* DAV-Kletterhalle Waldkraiburg

*Termin:* Oktober bis April, dienstags jeweils um 18.30 Uhr

*Leitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Thomas Ochsenkühn, Tel. 0176/21063677,

thomas.ochsenkuehn@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 hinaufgehen. Für den Aufstieg, ca. 750 Hm, werden wir ca. 3-5 Std. benötigen. Bei der Abfahrt über die ehemalige Skipiste setzen wir uns in der Raffner Alm zu einer gemütlichen Brotzeit zusammen.

*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 Pistenskikennntnisse.

*Termin:* Sonntag, 17. Januar, 8 Uhr, Bahnhof Reitmehring

*Kursort:* Unternberg bei Ruhpolding

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@icloud.com

## **Anfängerkurs Klettern im Toprope (2 Termine)**

*Kursbeschreibung:* Knotenkunde und Sicherungstechnik, grundlegende Klettertechniken.

*Kursinhalte:* Abnahme des DAV-Kletterscheins „Indoor Toprope“.

*Voraussetzung:* Mindestalter 16 Jahre, Freude an der Bewegung sowie allgem. Sportlichkeit.

*Kursort:* Kletterhalle Waldkraiburg

*Termine:* Di, 28. Januar u. Do, 4. Februar, jeweils 18.00-21.30 Uhr

*Kursgebühr/Tag:* Sektionsmitglieder 10.- €, andere Sektion 20.- € plus Eintritt Kletterhalle

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Ramona Glasl, ramona.glasl@gmx.de,

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

Tel. 0176/21063677

## **Variantskikurs mit LVS-Training in Alpbach**

*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 Pistenskikennnisse.

*Kursort:* Skigebiet Alpbach, Übernachtung in der Pension Alpenruh, Inneralpbach (mit Vorbehalt).

*Termin:* Fr 5. Febr., 17 Uhr - So 7. Febr., Bahnhof Reitmehring

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@icloud.com

## **Langlaufkurs Skating oder Klassisch**

*Kursbeschreibung:* Langlaufausbildung für Anfänger und Fortgeschrittene.

*Voraussetzung:* Allgemeine Sportlichkeit, Langlaufausrüstung.

*Kursort:* Nach Absprache, abhängig von der Schneelage.

*Termin:* 7. Februar

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

*Kursleitung, Info zu Kursort und Anmeldung:*

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

Bei der Anmeldung bis zum 30. Januar bitte Angaben zum Können - Anfänger, Vorkenntnisse, guter Läufer etc. - machen.

## **Update „Klettern im Toprope“ für ehemalige Kursteilnehmer und Kletterer mit Lust auf Auffrischung**

*Kursbeschreibung:* Wiederholung der wichtigsten Punkte des Toprope-Kletterns.

*Kursinhalte:* Auffrischung der Kursinhalte 2020 als Basis für den Vorstiegskurs.

*Voraussetzung:* DAV-Kletterschein „Indoor Toprope“.

*Kursort:* Kletterhalle Waldkraiburg

*Termin:* Do, 18. März, 18.00 - 19.30 Uhr, im Anschluß freies Klettern, Fragen und Tipps, bis ca. 21.30 Uhr

*Kursgebühr:* Sektionsmitglieder 5.- €, andere Sektion 10.- € plus Eintritt Kletterhalle

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Ramona Glasl, ramona.glasl@gmx.de,

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

Tel. 0176/21063677

## **Klettertreff DAV-Wasserburg an der Realschul-Kletterwand**

*Beschreibung:* Von April bis September bietet die Alpenvereinssektion Wasserburg jeden Donnerstag die Möglichkeit eines unverbindlichen Klettertreffs (*ersetzt keinen Kletterkurs*).

Die Absprachen innerhalb der Gruppen werden nach erstmaliger telefonischer Kontaktaufnahme geklärt..

*Voraussetzung:* Beherrschen der Sicherungstechnik mit eigenem Sicherungsgerät; empfohlen werden Halbautomaten und halbautomatische Tuber.

*Treffpunkt:* Realschul-Kletterwand, Wasserburg

*Termine:* April bis September, 18.30 Uhr (nur bei gutem Wetter); ab Oktober wird in die Halle gewechselt (siehe Klettertreff in der Kletterhalle in Waldkraiburg)

*Info und Anmeldung bei den Organisatoren:*

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

Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuehn@gmx.de, Tel. 0176/21063677

## **Fortgeschrittenenkurs „Klettern im Vorstieg“**

*Kursbeschreibung:* Kurs zum DAV-Kletterschein „Indoor Toprope“

*Kursinhalte:* Abnahme des DAV-Kletterscheins „Indoor Vorstieg“

*Voraussetzung:* Mindestalter 16 Jahre, sicheres Klettern und Sichern beim Toprope-Klettern

*Kursort:* Kletterhalle Waldkraiburg

*Termine:* Do 15. und Do 22. April, jeweils 18.00 - 21.30 Uhr

*Kursgebühr/Tag:* Sektionsmitglieder 10,- €, andere Sektion 20,- € plus Eintritt Kletterhalle

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Ramona Glasl, ramona.glasl@gmx.de,

Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuen@gmx.de, Tel. 0176/21063677

## **Mtb-Fahrtechnik on Tour - Saisonauftakt in Südtirol**

*Kursbeschreibung:* Wenn 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 Fahrtechartipps vermittelt und Schlüsselstellen gemeinsam erarbeitet.

*Voraussetzung:* Erfahrungen mit dem Mtb auf Singletrails, funktions-sicheres Mtb mit Federgabel, lange Handschuhe und Helm, Knieprotektoren falls vorhanden.

*Tourdaten:* Täglich ca. 50 km und ca. 500 - 1000 Hm

*Termin:* Freitag, 5. (16 Uhr Bhf. Reitmehring) bis Sonntag, 7. April

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

*Kursort:* Olang im Pustertal; Übernachtung mit Frühstück im Haus Kruma, ca. 35,- € (mit Vorbehalt)

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@icloud.com

## **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, 25. April

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Christian Ramm, Tel. 0174/2708999,

Trainer C Kaj Petersen, Tel. 0162/9211151

## **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, 2. Mai, 10 Uhr, Busbahnhof Wasserburg

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Robert Huber, Tel. 0170/2107966, r.rausr@icloud.com

## **Kletterkurs**

*Kursbeschreibung:* Von der Kletterwand an den Fels.

*Voraussetzung:* Sicher sichern im Toprope und im Vorstieg.

*Kursinhalte:* Ausrüstung richtig anwenden, Unterschiede feststellen zwischen Kletterwand- und Felsklettern, Umlenkung umfädeln.

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

*Termin:* Sonntag, 16. Mai

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Kaj Petersen, Tel. 0162/9211151,

Trainer C Christian Ramm, Tel. 0174/2708999

## **Klettersteigkurs für Anfänger**

*Voraussetzung:* Allgemeine Fitness und Trittsicherheit.

*Ausrüstung:* Klettersteigset, Hüftgurt, Helm und Handschuhe.

Der Kurs ist auch für Eltern mit Kinder (ab 9 Jahre) geeignet.

*Kursort:* Kaisergebirge

*Termin:* Sonntag, 16. 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 und Helm und nach Absprache

*Kursort:* Blaueshütte, Hochkalter

*Termin:* Sa 22. bis Mo 24. Mai

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

*Kursleiter:* Trainer Martin Grandl,

Trainer Claus Fredlmeier, hier Anmeldung Tel. 08071/40156

## **Eisausbildung**

*Kursbeschreibung:* Für Jugendliche und Erwachsene.

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

*Voraussetzung:* Ausdauer, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.

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

*Kursort:* Taschachhaus im Pitztal, Öztaler Alpen

*Termin:* Fr - So 17. - 19. September

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

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

## **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.

*2 Termine:* Mi 10. und Mi 17. November, jeweils von 18.30 bis 21.00 Uhr

*Kursort:* Kletterhalle Rosenheim

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

*Kursleitung und Anmeldung:*

Trainer C Lissi Seibt, Tel. 0160/6459594





