

# Ausbildungsprogramm 2023

## Allgemeine Hinweise

Wir, die Trainer und Fachübungsleiter, bieten für unsere Mitglieder spezielle Ausbildungskurse und -touren an.

**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 Herbst / Winter 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

## Anfängerkurs „Klettern im Toprope“

*Kursbeschreibung:* Knotenkunde und Sicherungstechnik, grundlegende Klettertechniken.

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

*Voraussetzung:* Mindestalter 16 Jahre und Freude an der Bewegung sowie allgemeine Sportlichkeit.

*Kursort:* Kletterhalle Waldkraiburg

*Termine:* Di 10. und Do 19. Januar, jeweils 18.00 - 21.30 Uhr

*Kursgebühr:* Sektionsmitglieder 10.- €, andere Sektion 20.- € plus Eintritt Kletterhalle; Leihrüstung ggf. vorhanden

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Ramona Glasl, ramona.glasl@gmx.de, Tel. 0170/7158066

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

## Sturz- und Sicherungstraining

*Kursbeschreibung:* In diesem Kurs lernt man Sturzsituationen im Vorstieg sowohl als Kletterer als auch als Sicherer richtig einzuschätzen und darauf richtig zu reagieren.

*Kursinhalte:* Richtige Handhabung aktueller Sicherungsgeräte, der perfekte Sturz, Sturzangst überwinden, dynamisches Sichern, bodennahe Sichern, Sturzweitendemo.

*Voraussetzung:* Sicheres Klettern u. Vorsteigen im 5. Grad UIAA

*Termin:* Sa 28. Januar, 17.30 - 20.00 Uhr

*Kursort:* Kletterhalle Rosenheim

*Kursgebühr:* Sektionsmitglieder 10.- €, andere Sektion 20.- € plus Eintritt Kletterhalle und evtl. Leihmaterial

*Kursleitung u. Anmeldung:* Trainer C Lissi Seibt, Tel. 0160/6459594

### **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 9. und Do 16. Februar, jeweils 18.00 - 21.30 Uhr

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Ramona Glasl, ramona.glasl@gmx.de, Tel. 0170/7158066

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

### **Langlaufkurs Skating oder Klassisch**

*Kursbeschreibung:* Ausbildung für Anfänger u. Fortgeschrittene.

*Voraussetzung:* passende Langlaufausrüstung, Sportlichkeit, Getränk, Brotzeit.

*Kursort:* nach Bekanntgabe, abhängig von der Schneelage

*Termin:* So 19. Februar

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

*Anmeldung:* bis 6. Februar bei der Kursleiterin mit Angaben zum Können (Anfänger, Vorkenntnisse, guter Läufer)

*Auskünfte zum Kursort* können per E-Mail bei der Kursleiterin

Babette Altmannsperger, babettealtmannsperger@arcor.de, Tel. 0176/41679923, erfragt werden

### **Klettertreff Frühjahr / Sommer 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 halb-automatische Tuber.

*Treffpunkt:* Realschul-Kletterwand, Wasserburg

*Termine:* April bis September, 18.30 Uhr (nur bei gutem Wetter);

ab Oktober wird in die Kletterhalle Waldkraiburg gewechselt (siehe Klettertreff in der Kletterhalle in Waldkraiburg)

*Leitung, Info und Anmeldung bei den Organisatoren:*

Trainerin C Klettern Eva Schupp, Tel. 0176/64842694,

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.

*Ausrüstung:* Klettersteigset, Hüftgurt, Helm und Handschuhe

*Kursort:* Hausbachfall-Klettersteig in Reit im Winkl

*Termin:* So 16. April

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Kaj Petersen, Tel. 0162/9211151,

Trainer C Christian Ramm

### **Outdoor-Klettern „Von der Halle an den Fels“**

#### **Sicher und umweltbewußt im Klettergarten**

#### **(2 Termine im April und im August)**

*Kursbeschreibung:* Mit der Vorstiegserfahrung aus der Kletterhalle und der Kletterwand geht es an den Felsen. Eine neue Spielart des Sportkletterns, bei der es viel Neues und Spannendes zu lernen und zu beachten gibt.

*Kursinhalte:* Abnahme des DAV-Kletterscheins Outdoor

*Voraussetzung:* Sicheres Vorstiegsklettern in der Halle (UIAA VI),

sicheres Halten von Vorstiegsstürzen und sicherer Umgang mit dem eigenen Sicherungsgerät; Mindestalter 16 Jahre.

*Ausrüstung:* Kletterschuhe, Hüftgurt, Kletterhelm und nach Absprache.

*Kursort:* Wird bei der Anmeldung bekanntgegeben

*2 Termine:* Fr 21. bis So 23. April und Fr 4. bis So 8. August

*Kursgebühr:* Sektionsmitglieder 30,- €, andere Sektion 60,- €; für Verpflegung und Unterkunft ist selbst zu sorgen; Infos zu *Übernachtungsmöglichkeiten bei uns.*

*Hinweis:* Mindestteilnehmerzahl 5 Personen, ansonsten Absage.

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

Trainer C Ramona Glasl, ramona.glasl@gmx.de, Tel. 0170/7158066

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

Trainer C Benni Mäder, benjamin-maeder@web.de, im August

## **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, 14. 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**

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

*Voraussetzung:* Allgemeine Fitness und Trittsicherheit

*Ausrüstung:* Klettersteigset, Hüftgurt, Helm und Handschuhe

*Kursort:* Kaisergebirge

*Termin:* So 21. Mai

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

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

FÜL Claus Fredlmeier, Tel. 08071/40156

## **Alpin-Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger**

*Kursbeschreibung:* Es werden Inhalte wie Sicherungsmethoden, Knotenkunde, Abseilen, Gehen im steilen Schnee und Eis, leichtes Klettern usw. erklärt

*Vorraussetzung:* Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

*Ausrüstung:* Hüftgurt und Helm und nach Absprache

*Kursort:* Blaueishütte, Hochkalter

*Termin:* Sa 27. bis Mo 29. Mai

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

*Kursleiter:* FÜL Martin Grandl,

FÜL Claus Fredlmeier, hier Anmeldung Tel. 08071740156

## **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 23. - 25. Juni

*Kursgebühr:* Sektionsmitglieder 30,- €, andere Sektion 60,- € zzgl. Kosten für Unterkunft mit Halbpension

*Kursleitung, Info und Anmeldung:*

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

## **Einstieg ins Bouldern**

**Kursbeschreibung:** Bouldern ist Klettern ohne Seil und Sicherung, unkompliziert mit wenig Materialaufwand und ohne Partner möglich. In diesem Kurs kann man diesen Sport ganz unkompliziert ausprobieren.

**Voraussetzung:** Keine Vorkenntnisse nötig..

**Termin:** Mi 22. November, von 18.30 bis 21.00 Uhr

**Kursort:** Boulderhalle Rosenheim oder Stuntwerk Rosenheim

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

**Kursleitung und Anmeldung:**

Trainer C Lissi Seibt, Tel. 0160/6459594

