

Einführung & Auffrischung Klettern Tessin

28.09. - 01.10.17 , mit Naef Stefan

Klettergarten und Mehrseillängenrouten

Wir verknüpfen die sportliche Herausforderung des Kletterns und vier Tage erholsame Ferien mit Gleichgesinnten zu einem bleibenden Erlebnis! Dazu sind wir im Tessin bei Ponte Brolla unterwegs. Hast du neu mit dem Klettern begonnen, hast schon lange nicht mehr oder bislang nur in der Halle geklettert, dann bist du in diesem Kurs goldrichtig!

Kursziel/-Inhalt

Du erhältst Tipps zur Verbesserung der Klettertechnik, lernst neue Bewegungsabläufe kennen, optimierst den Vorstieg und lernst die Seil- und Sicherungstechnik für Ein- und Mehrseillängenrouten. Nach dem Kurs kannst du im Klettergarten selbständig klettern und hast erste Erfahrung in Mehrseillängenrouten gesammelt.

Programm

Rund um Ponte Brolla eingangs Maggiatal warten unzählige hervorragend eingerichtete Routen - zu Recht ist das Gebiet sehr beliebt und weit über die Schweizer Grenzen hinaus bekannt! Dazu trägt auch der Charme des Südens bei: Von den griffigen Gneisplatten ins nächste Grotto ist es hier nie weit; natürlich geniessen wir auch die spezielle Atmosphäre und diese entspannende Seite des Unterwegsseins.

1. Tag: Anreise nach Ponte Brolla, Begrüssung und Zimmerbezug. Anschliessend legen wir schon zum ersten Mal in einem der nahen Klettergärten Hand an.
2. - 3. Tag: Klettern in einem der unzähligen Klettergebiete. Der Bergführer gestaltet die Tage bewusst mit Übungslektionen und gemeinsamem Klettern von Routen, dazu gibt er Tipps zur Kletter- und Seiltechnik.
4. Tag: Morgens klettern wir nochmals, bevor wir am Nachmittag müde und glücklich die Heimreise antreten.

Anforderungen

Basis: Einen Schnupperkurs absolviert oder selber erste Klettererfahrungen gesammelt.

Leistung / Preis

Kleingruppe mit 4-6 Gästen.
Im Preis inbegriffen sind die gesamte Planung und Organisation, Übernachtung in Hotel im Doppelzimmer mit Halbpension und Tourentee, Ausbildung durch dipl. Bergführer, ausführliche Lehrunterlagen und CO2-Kompensation bei myclimate.
Kosten pro Person Fr. 990.-.

Treffpunkt / Reise

Besammlung um 11.45 Uhr in Ponte Brolla am Bahnhof.
SBB-Fahrplan: Basel ab 8.07, Bern ab 8.02, Zürich ab 9.09, Luzern ab 9.18 und St. Gallen ab 8.05 Uhr.
Heimreise: Ca. 16 Uhr ab Ponte Brolla.

Ausrüstungsliste

- Anseilgurt
- Kletterfinken
- Helm
- 3 Karabiner mit Verschlussicherung einer davon birnenförmig (geeignet für HMS-Sicherung)
- 6 Expressschlingen
- Bandschlinge (1.20 m)
- kurzes Reepschnurstück (ca. 1,2m à 5-6mm Ø)
- Abseilgerät
- evtl. Magnesia
- langes Reepschnurstück (ca. 4 m à Ø 5-6mm)

- Tagesrucksack
- Trekkingschuhe
- Hose zum Klettern (ideal aus Stretch-Stoff)
- Regenjacke
- Warme Kleider
- Ersatzwäsche
- evtl. Handschuhe, Mütze
- gute Sonnenbrille
- Sonnencreme / Lippenchutz

- Seidenschlafsack
- Stirn- oder Taschenlampe
- Toilettenartikel
- evtl. Fotoapparat
- evtl. Blasenpflaster
- evtl. Persönliche Medikamente
- evtl. Ohropax

- Halbtaxabo (wenn vorhanden)
- Geld für Getränke
- Landeskarte, Kletterführer und Topos der Region (falls vorhanden)

- Trinkflasche
- Taschenmesser
- Lunch für mindestens einen Tag (in der Nähe gibt es einen Laden)

Zusätzliche für diese Woche

- ID oder Pass bei Anreise über Domodossola
- Eventuell Badezeug für ein Bad in der Maggia

Mietmaterial

Technisches Material kann bei uns bis 10 Tage im Voraus gemietet werden. Der Bergführer bringt Ihnen das Material direkt auf die Tour/den Kurs mit.

[Zur Mietmaterialliste >](#)

BÄCHLI BERGSPORT IHR AUSTRÜSTUNGSPARTNER

Die grösste Auswahl von Bergsportartikeln in der Schweiz, sportliche Beratung, wegweisenden Service und faire Preise.

10 mal in der Schweiz oder unter www.baechli-bergsport.ch

