

# Grundkurs 1 + 2 der Kletterschule SOW

<b>Sportart</b>	Klettern
<b>Bezeichnung</b>	Grundkurs 1 + 2 – Einstieg in die Vertikale
<b>Beschreibung</b>	Die Teilnahme an diesem Kurs eröffnet dir die faszinierende Welt des Sportkletterns. Schritt für Schritt werden Seil- und Sicherungstechnik für das Klettern mit dem oben umgelenkten Seil (Toprope) vermittelt und sogleich in die Praxis umgesetzt.
<b>Inhalt</b>	Grundlegende Kletter- und Sicherungstechnik sowie die wichtigsten Materialkenntnisse zum Toprope-Klettern: Sicherungsknoten (HMS); Anseilknoten (Achter); erste Schritte im Vorstieg
<b>Kursziel</b>	In der Halle selbstständig Toprope klettern.
<b>Kursleitung</b>	Andreas Schild, eidg. dipl. Kletterlehrer SBV
<b>Kursort</b>	Rolling Rock, Neumattstrasse 26, 5000 Aarau
<b>Tag/Zeit</b>	3 Lektionen à 60 Minuten, jeweils 18.00 - 21.00 h, oder nach Vereinbarung
<b>Anmeldung</b>	schildandi@gmail.com
<b>Abmeldung</b>	Es gelten die allgemeinen Buchungsbestimmungen der Kletterschule SOW
<b>Kosten</b>	Pro Kurseinheit, SFr. 115.- (auf Anfrage, Reduktion für Kinder und Jugendliche). Inklusiv Leitung durch eidg. dipl. Kletterlehrer SBV.
<b>Niveau</b>	Einsteiger ohne Kletterkenntnisse
<b>Voraussetzungen</b>	keine
<b>Ausrüstung</b>	Geschlossenes Schuhwerk zum Sichern (Turnschuhe, keine Flip Flops etc.) und bequeme Sportbekleidung: 3/4 oder lange Hosen empfohlen. (Klettergurt, Kletterfinken, Karabiner und Seile werden von der SOW zur Verfügung gestellt)
<b>Unterrichtssprache</b>	Deutsch
<b>Versicherung</b>	Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annulationskostenversicherung.
<b>Infos</b>	Andreas Schild Kletterlehrer SBV, Martha Ringierstrasse 11, 5600 Lenzburg. <a href="http://www.spiritofwilderness.ch">www.spiritofwilderness.ch</a> / <a href="mailto:schildandi@gmail.com">schildandi@gmail.com</a> / Phone 076 / 476 63 92
<b>Treffpunkt</b>	Rolling Rock, Neumattstrasse 26, 5000 Aarau
<b>Bescheinigung</b>	Wer den Kurs erfolgreich absolviert hat, erhält eine persönliche Kursbescheinigung.
<b>Bemerkungen</b>	Für den Erhalt der Bescheinigung muss der Kurs vollständig und lückenlos besucht werden. Nachholen einzelner Module ist nicht möglich.

