

## HEIDLAND – KLETTERGARTENLAND

### Basiskurs Outdoor

Wir klettern in den Klettergärten Brochne Burg und am Schollberg. Diese Gebiete sind von Sargans schnell erreichbar und bieten viele gut gesicherte Routen in allen Schwierigkeitsgraden, ideal um die ersten Schritte am Fels zu wagen.

Bei schlechtem Wetter wird der Kurs in der Kletterhalle in Chur oder Näfels durchgeführt.

### Inhalt / Ziel

Du lernst von Grund auf alles, was du zum Sichern und selbständigen Klettern wissen musst wie Seilhandhabung, Sichern, Knoten, wissenswertes zum Material. Phasen einer Kletterbewegung, Express einhängen, Seilführung im Vorstieg. Nach diesem Kurs kannst du selber leichte, gut abgesicherte Routen im Vorstieg klettern.

### Datum / Bergführer/in

Sa. 12. bis So. 13. April 2025	Schmed Marcel
Sa. 24. bis So. 25. Mai 2025	Stephan Gartmann

### Anforderung

Keine Voraussetzungen sind nötig, ideal für den soliden Einstieg oder um erstmals Kletterluft zu schnuppern.

### Programm

1. Tag: Grundausbildung im Klettergarten Schollberg in Sargans. Die Routen sind bestens geeignet für KletteranfängerInnen.

2. Tag: Heute üben und vertiefen wir das Klettern im Vorstieg sowie auch Technik und Taktik stehen auf dem Programm. Ausbildungsinhalte gemäß YoYo-Kurssystem. Kursende um 16.30 Uhr Bahnhof Sargans.

### Leistung / Preis

Gruppengrösse 4-8 Personen

Kosten CHF 520.-

Inklusiv: Organisation, 1 Übernachtung mit Halbpension. Ausbildung durch dipl. Bergführer, Gruppenmaterial, YOYO- Kursunterlagen.

Exklusiv: Reisekosten ab Treffpunkt ca. CHF 10.-, Zwischenverpflegung und Getränke.

### Unterkunft

Parkhotel in Wangs

### Treffpunkt / Reise

9.30 Uhr Bahnhof Sargans, vor dem Coop Pronto

### Persönliche Kletterausrüstung

Kletterschuhe, Klettergurt, Kletterhelm, 3 HMS Schraubkarabiner, 1 Bandschlinge 60 cm, falls vorhanden Sicherungsgerät (bremsunterstützter Tuber oder Halbautomat).

Mieten; Auf Anfrage kann die persönliche Kletterausrüstung (exkl. Kletterschuhe) für CHF 30.- gemietet werden.

### Sonstiges

Kletterrucksack ca. 35l, Trekking- oder Zustiegsschuhe, Kletterhose, Sonnen- und Regenschutz, evtl. Handschuhe, Lunch und Getränk für 2 Tage.

**Kletterführer** (fakultativ); Schweiz Plaisir Ost

### AUSKUNFT UND ANMELDUNG

Kletterschule YOYO

Tel. +41 79 683 06 51

yoyo@kletterschule.ch · www.kletterschule.ch

