

KLETTERSCHULE GLARNERLAND

— DER SICHERE SEILPARTNER —

Technikkurs linth arena

Du kriegst an diesen 2 Abenden einen Einblick in die Grundlagen der Klettertechnik. Mit Hilfe einer Videoanalyse erhältst du individuellen Tipps, um deine persönliche Technik zu verbessern.

Datum

Mo 16. & Do 19. November 2020 18:30 – 22:00

Treffpunkt

18:30 Kasse linth arena

Kursinhalte

Theoretische und praktische Grundlagen Standardbewegung Klettern, Videoanalyse mit individuellen Tipps, Sicherungs- und Sturztraining, verschiedene Technikübungen, Grundlagen Taktik beim Klettern, Grundlagen Mentales Training

Anforderungen

Du kletterst regelmässig im Vorstieg in der Halle
Die Inhalte werden dem Niveau der Teilnehmer angepasst

Material

Leichte Sportbekleidung mit Hosen, welche von Vorteil die Knie bedecken
Garderobe und Duschen vorhanden
Klettergurt, Sicherungsgerät und Kletterfinken

Zuständiger Bergführer

Sämi Leuzinger

Preis

3 Personen Fr. 170.-

4 Personen Fr. 150.-

5 Personen Fr. 130.-

6 Personen Fr. 120.-

Preis exkl. Halleneintritt

Maximal 6 Gäste pro Bergführer/Kletterlehrer

Anmeldung

Via Kletterschule Glarnerland

Anmeldeschluss ist 5 Tage vor dem gewünschten Kurs.

Kletterschule Glarnerland

Tel: +41 (0)78'839'63'37

Mail: info@klettern-gl.ch

www.klettern-gl.ch