



Veranstaltung: Ausbildungskurs Felsklettern II für Frauen

Termin: Laut Terminkalender in Homepage oder Prospektbeilage

Preis: Laut Preisliste in Homepage oder Prospektbeilage

Treffpunkt: Hans-Berger-Haus, laut Terminkalender, 18 Uhr

Gepäcktransport:

Wenn vereinbart, ab dem Lagergebäude am Kaisertaltunnel Nord Portal. (Schotterwerk Ebbs) Gepäck bitte in die Gepäckkammer stellen und dringend mit Namen und „HBH“ kennzeichnen.
Parken am Kaisertal Parkplatz.

Unterbringung: wenn nicht anders vereinbart im Mehrbettzimmer(max. 4 Personen) mit den anderen Teilnehmern. DZ nach Verfügbarkeit gegen Aufpreis.

Voraussichtliches Ende:

Entweder am Abend nach der letzten Tour, oder am drauffolgenden Morgen nach dem Frühstück. 2 Stunden Hüttenabstieg

Geplantes Programm für den Ausbildungskurs Felsklettern II für Frauen

Das Programm des Ausbildungskurses Felsklettern II für Frauen ist im Ablauf dem allgemeinen Kurs gleich.

Der Unterschied liegt aber sicher im Umgang mit Leistungsparametern- höher-besser-schneller. Es geht parallel zur Ausbildung um **Empfindungen** und **Wohlfühlen-** und **den daraus resultierenden Gewinn an Lebensqualität.**

In abendlichen Gesprächen - wir diskutieren herzlich gerne mit männlicher Beteiligung, können gemeinsam neue Ansichten zu wichtigen Gesellschaftsthemen formuliert werden.

1. Tag, Sonntag: Individuelle Ankunft am Hans-Berger-Haus bis 18 Uhr

19 Uhr gemeinsames Abendessen und Kennenlernen der anderen TeilnehmerInnen. Der Bergführer reist spät abends oder am nächsten Morgen an.

- 2. Tag , Montag:** 8 Uhr Frühstück
Der Bergführer begrüßt die Gruppe und erklärt den Programmablauf. Ausrüstungscheck der Teilnehmer oder Vergabe der Leihhausrüstung. Leistungsabgleich und Klettern im Klettergarten.
- 3. Tag, Dienstag:** 8 Uhr Frühstück.
9 Uhr Aufstieg zum Stripsenjoch (1 ¼ Stunden) und weiter abwärts Richtung Griesner Alm zum Wildanger (20 Min)
Klettern am Wildanger.
- 4. Tag, Mittwoch:** Klettertour je nach Leistungsniveau der Teilnehmer.
- 5. Tag, Donnerstag:** 8 Uhr Frühstück.
9 Uhr Aufstieg zum Rosskopf (45 Minuten) Klettern am Rosskopf. Vertiefen der Lehrinhalte und praktische Kletterübungen. Rettungstechnik.
- 6. Tag, Freitag:** Klettertour je nach Leistungsniveau der TeilnehmerInnen
- 7. Tag, Samstag:** 8 Uhr Frühstück und individueller Abstieg vom Hans-Berger-Haus. Es steht den TeilnehmerInnen frei auch bereits am Freitag Abend abzureisen oder den Aufenthalt noch zu verlängern.

Der Bergführer stimmt das Programm individuell unter Rücksichtnahme auf das Können der TeilnehmerInnen und dem Wetter mit der Gruppe ab.
Sämtliche theoretische Ausbildungsmodule werden in den praktischen Unterricht eingebaut.

Standard-Ausrüstung für jeden Bergrucksack

- Funktionale Bergbekleidung.
- Regenschutz
- Gutpassende Leichtbergschuhe (Wanderschuhe) mit Profilsohle.
- Leichte Sportschuhe, ev. auch als Hausschuhe zu verwenden.
- Kleines Verbandzeug mit Blasenpflaster.
- Trinkflasche
- Sonnencreme und Sonnenbrille
- Handschuhe und Haube nach Wettervorhersage

- Freizeitbekleidung nach Belieben (Gewicht sparen☺))
- Gut sortierte Toilettasche (unnötiges raus!!!!!!!!!!!!)
- Handtuch
- Hüttenschlafsack, wenn Sie am Bergsteigerlager schlafen.

Kletterspezifische Ausrüstung

Seile werden generell von der Bergsteigerschule gestellt.

Kletterschuhe, Klettergurt, Helm, HMS Karabiner, Karabiner, Bandschlinge, Reepschnur, Klettersteigset werden Teilnehmern an einer Veranstaltung der Bergsteigerschule Wilder Kaiser kostenlos zur Verfügung gestellt.

Wenn Sie bereits Kletterausrüstung haben, bringen Sie diese mit. Beim Einkauf geben wir zu bedenken, dass Sie nach einer Ausbildungswoche bei uns mehr Überblick haben, was Sie wirklich brauchen.