

## Kletterwoche für Einsteiger über dem „Lago di Garda“



Von ersten einfachen Kletterübungen bis hin zum (leichten) Vorstiegsklettern wird in dieser Woche alles vermittelt, was man zum Einstieg in diese tolle Sportart braucht. Zusammen mit dem italienischen Ambiente des Trentino eine unvergessliche Sportwoche!

Die Region am und um den Gardasee gilt als das „Mekka“ der Sportkletterer. Hunderte Kletterrouten von ganz leicht bis sehr schwer können dort – stets gut gesichert – begangen werden. Immer vor und über der grandiosen Naturkulisse des größten Sees Italiens und seiner alpinen Umgebung.

Der DAKS-Kurs wird von einem erfahrenen Klettertrainer geleitet. Seilknoten, Grundlagen des Kletterns, Sichern und Klettern im „Top-Rope“ und sogar erste (leichte) Vorstiegsrouten werden unter fachkundiger Anleitung erlernt. Die kleine Gruppe von max. 7 Teilnehmern garantiert eine individuelle Betreuung für jeden Einzelnen. Das hier vermittelte Fachwissen bildet für jeden Bergfreund eine wertvolle Grundlage für spätere alpine Unternehmungen.

Unsere Unterkunft, ein gemütliches Hotel\*\*\* in Torbole bietet neben dem schönen Ambiente den Kletterschülern alles, was die italienische Küche zum Auffüllen der leeren „Batterien“ zu bieten hat. Solchermaßen gestärkt freuen wir uns zusammen schon auf den nächsten Klettertag...

### Voraussetzung:

Freude am Bewegen draußen in der Natur und allgemeine Gesundheit. Keinerlei Vorkenntnisse nötig. Die notwendige Ausrüstung wird gestellt.

### Kleidung:

atmungsaktive leichte Sportkleidung, in der Sie sich sehr gut bewegen können. Wegen möglichem Kontakt mit Felsen ist es besser, wenn die Knie bedeckt sind.



### Kletterkurs am Gardasee

#### Termine 2018

Mai: 27.05. - 01.06.18 (KL-11-18)  
Sept.: 30.09. - 05.10.18 (KL-12-18)

6 Tage ab € 985,-

#### Leistungen:

- 5 Ü/DZ Hotel \*\*\*
- Frühstück
- 6 Tage Kletterkurs
- professioneller Kletterlehrer
- inkl. Kletterausrüstung

Teilnehmerzahl 4 - 7 TN  
Kleingruppenaufpreis 4 - 5 TN € 80,-  
Sondertermine auf Anfrage



**Treffpunkt:** Hotel Ideal (KL-11-18) bzw. Hotel e Residence La Vela (KL-12-18) in Nago-Torbole

**Sonntags 10:00 Uhr**

**Einsteigerkurs: Keine besonderen Vorkenntnisse notwendig!**

Am und um den Gardasee gibt es zahlreiche Klettergebiete mit den verschiedensten Routen in allen Schwierigkeitsgraden. Die Wände sind durchgehend gut bis sehr gut abgesichert.

Der DAKS-Trainer hat die besten Routen für den Kurs ausgesucht!

**Kursinhalte:**

- Aufwärmübungen
- Knotenkunde
- Kennenlernen versch. Sicherungsgeräte
- Aufwärtsbewegung am Seil
- Reibungsklettern
- Technik an senkrechten Wänden
- Bewegungstaktik
- lösen verschiedener Kletterprobleme
- Abseilen mit Kurzprusik
- Umfädeln Ablassen - Umfädeln Abseilen
- Vorstieg, Standplatzbau
- Durchführung sehr leichter Mehrseilrouten

Weitere Inhalte vermitteln wir ganz individuell je nach Können und Kenntnisstand der Teilnehmer!

