



Klettern für Familien

Der Familienkurs ist der Einstiegskurs für Eltern und Kinder (ab 6 Jahren).

Der Kurs vermittelt das Sichern mit Seilsicherung von oben (=Toprope). Während die Kinder von Beginn an klettern dürfen, lernen die Eltern zuerst die Sicherungstechnik kennen.

Kursdaten

Klettern für Familien Okt.

Tag: 11.10. - 22.11.24

Uhrzeit: 17:00 - 19:00 Uhr

Klettern für Familien Dez.

Tag: 13.12.24 - 31.01.25

Uhrzeit: 17:00 - 19:00 Uhr

Klettern für Familien Feb

Tag: 07.02. - 14.03.25

Uhrzeit: 17:00 - 19:00 Uhr

Gruppenklettern

Zielsetzung ist die Förderung der gegenseitigen Verantwortungsbereitschaft für den Kletterpartner und eine Stärkung der Teamkompetenzen.

Nach einer Einführung in die grundlegenden Sicherungstechniken klettern die Teilnehmenden unter Aufsicht der Wandbetreuer. Dabei sichern Sie sich gegenseitig. Auch das Klettern mit integrativen Gruppen ist möglich!

Kursdaten

Termine auf Anfrage

In Zusammenarbeit mit:



Kontakt

Ahorn Sport- und
Freizeit-Club Paderborn e. V.

Ahornallee 20
33106 Paderborn
Telefon: 05251 13711-343
info@asc-paderborn.de

asc-paderborn.de/klettern



Deutscher Alpenverein
Sektion Paderborn

Mit freundlicher Unterstützung von:



Anmeldung

Die Anmeldung zu einem Kurs des ASC Paderborn können Sie online unter asc-paderborn.de, oder schriftlich per Post mit einem separaten Anmeldeformular vornehmen.

Anmeldebeginn:

14. Sept. 2024 ab 09:30 Uhr



ASC

Kletterkurse

Winter 2024/2025

asc-paderborn.de

Schnupperklettern

Sie interessieren sich fürs Klettern, möchten aber erst einmal ausprobieren, ob Sie Spaß daran haben, bevor Sie einen Kurs buchen?

Dann ist das Schnupperklettern genau das Richtige für Sie. Bei diesem Kurs steht das einmalige Ausprobieren an erster Stelle.

Kursdaten

Schnupperklettern I

Tag: 04.10.24
Uhrzeit: 17:00 - 19:00 Uhr

Schnupperklettern II

Tag: 06.11.24
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Schnupperklettern III

Tag: 04.02.25
Uhrzeit: 17:30 - 19:30 Uhr

Schnupperklettern IV

Tag: 28.03.25
Uhrzeit: 17:00 - 19:00 Uhr

Klettern für Anfänger

In diesem Kurs wird eine solide Basis für den Einstieg ins Klettern gelegt.

Es werden Grundkenntnisse der Sicherungs- und Klettertechniken vermittelt. Der Kurs schließt auf Wunsch mit der Abnahme des DAV Kletterscheins Toprope ab.

Kursdaten

Klettern für Anfänger Sep. I

Tag: 25.09. - 30.10.24
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Klettern für Anfänger Sep. II

Tag: 30.09. - 04.11.24
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Klettern für Anfänger Nov. I

Tag: 11.11. - 16.12.24
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Klettern für Anfänger Nov. II

Tag: 13.11. - 18.12.24
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Klettern für Anfänger Dez.

Tag: 03.12.24 - 21.01.25
Uhrzeit: 17:30 - 19:30 Uhr

Klettern für Anfänger Jan.

Tag: 08.01. - 12.02.25
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Klettern für Anfänger Feb. I

Tag: 18.02. - 25.03.24
Uhrzeit: 17:30 - 19:30 Uhr

Klettern für Anfänger Feb. II

Tag: 24.02. - 31.03.25
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Grundlagen der Klettertechnik

Das Klettertraining richtet sich an den motivierten Anfänger, der schon die Sicherungstechnik erlernt hat und nun seine Klettertechniken verbessern möchte.

Es soll die vielfältigen Möglichkeiten des Kletterns aufzeigen und das kletterspezifische Bewegungsrepertoire verbessern und erweitern.

Kursdaten

Im Winterhalbjahr 24/25 wird kein Kurs angeboten.

Klettern Vorstiegskurs (DAV Kletterschein)

Im Vorstieg wird Klettern erst richtig interessant. Aber für den Unwissenden und wenig Geübten leider auch gefährlich!

Der Vorstiegskurs bietet ein intensives Training mit Prüfung zum DAV-Kletterschein Vorstieg.

Kursdaten

Klettern Vorstiegskurs I

Tag: 08.10.24 - 19.11.24
Uhrzeit: 17:30 - 19:30 Uhr

Klettern Vorstiegskurs II

Tag: 06.01.25 - 17.02.25
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr

Klettern Vorstiegskurs III

Tag: 19.02.25 - 02.04.25
Uhrzeit: 19:45 - 21:45 Uhr



Klettertechnik 6. Grad

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die Routen im 5. Grad (UIAA) schon gut beherrschen und gerne schwerer klettern möchten. Wir zeigen Ihnen, wie Sie kraftsparender klettern können und Ihre Füße effektiv nutzen. Damit stehen Routen im 6. Grad nichts mehr im Wege.

Kursdaten

Im Winterhalbjahr 24/25 wird kein Kurs angeboten.



Klettertechnik 7. Grad

Dieser Kurs richtet sich an ambitionierte Kletterer, die bereits einige Erfahrung in schwereren Routen sammeln konnten (6. Grad UIAA).

Durch gezielte Analyse Ihrer Klettertechnik und ausgewählte Trainingsprogramme schaffen Sie den Sprung in den 7. Grad.

Kursdaten

Im Winterhalbjahr 24/25 wird kein Kurs angeboten.