



## Grundkurs Klettern am Fels

In diesem Kurs widmen wir uns dem Klettern in Klettergärten und auf Mehrseillängenrouten. Wenn du Lust hast nach ersten Erfahrungen in der Kletterhalle endlich an den sonnigen und warmen Felsen klettern zu gehen bist du in diesem Kurs genau richtig. Der Kurs findet an zwei Wochenenden statt, am zweiten Weekend mit Übernachtung auf der Hütte. Maximale Teilnehmer bei zwei Tourenleiter sind 8 Teilnehmer.

Der Kurs richtet sich an Mitglieder des SAC Seeland und alle Interessierten, die künftig mit dem SAC Seeland klettern und auf Klettertouren gehen möchten.

### Kursziel:

- Nach Abschluss des Kurses bist du in der Lage, an Klettertouren des SAC Seeland teilzunehmen und selbstständig im Klettergarten und auf einfachen, gut abgesicherten, Mehrseillängenrouten zu klettern.

### Du lernst:

- Lesen eines Topos
- Knotenkunde
- Fädeln in einfacher und doppelter Variante
- Seilschaftskommandos bzw. Kommandos über das Seil
- Ausrüstung und Seilkenntnisse (Einfachseil/Doppelseil)
- Mehrseillängen klettern
- Einrichten eines Standplatzes
- Abseilen
- Tourenplanung

### Voraussetzungen:

- Besuch des Grundkurses Klettern Indoor oder gleichwertige Kenntnisse
- Beherrschen des Sicherns mit Halbmastwurfes oder ev. zusätzlichem Sicherungsgerät.
- Sicheres Vorsteigen in der Kletterhalle bis 5a

### Ausrüstung:

- Die Kletterausrüstung kann nur teilweise vom SAC zur Verfügung gestellt werden. Fehlendes Material kann in Absprache mit dem Kursleiter ergänzt werden. Siehe Ausrüstungsliste.

### Kursort:

- Treffpunkt jeweils in Lyss. Wir werden vor allem in den Klettergebieten vom Jura klettern, genaue Infos folgen.



### Kursprogramm

- 1. Tag Ausbildung Klettergarten und Anwendung
- 2. Tag Ausbildung MSL Ausbildung / Klettergarten
- 3. Tag Anwendung MSL, gemeinsames Planen der Anwendungstour
- 4. Tag Anwendungstour

### Programänderungen:

- Wetterbedingte Änderungen bleiben vorbehalten.

### Zeit und Daten:

- Teil 1 am **27. & 28 April** von 8.00 bis ca. 17.00 Uhr, Rückkehr nach Lyss
- Teil 2 vom **4. bis 5. Mai** Beginn am Sa 8.00 Rückkehr So ca. 17.00

### Kosten:

- 210.- pro Teilnehmer inkl. Kursunterlagen, Reisekosten mit PW, 1 Übernachtung auf Hütte mit Halbpension exkl. Getränke. Falls Ihr schon das Lehrbuch „Bergsport Sommer“ besitzt kann ein Teil der Kosten erlassen werden. Sollten wir Wetter bedingt weiter Reisen müssen als geplant kommt ev. noch etwas Entschädigung für den Fahrer dazu.

### Kursleitung:

- Dani Gutzwiller, SAC Tourenleiter Sportklettern
- Ab 5 Teilnehmer kommt ein zweiter Tourenleiter hinzu.

### Anmeldung bis 7. April an:

- Dani Gutzwiller, Altisbergstrasse 15, 4562 Biberist,  
077 443 02 54, [daniel.gutzwiller@gmx.ch](mailto:daniel.gutzwiller@gmx.ch)

### Sonstiges:

- Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

### Ausrüstungsliste:

- Klettergut
- Steinschlaghelm
- Kletterfinken
- Gute Zustiegschuhe
- 6-8 Expressen
- 4 Schraubkarabiner (Davon 2 HMS/Zentralpunkt tauglich)
- Selbstsicherungsschlinge (Z.B. Belay Sling, Belay Chain, Multi Chain oder einfache Bandschlinge 60-90cm usw.)(Nabelschnur)
- Je eine Bandschlinge 60cm und 120cm
- Abseilkit (Achter/(unterstützter-)Tuber (ATC, Riverso) und Prusikschlinge)



- Ev. Magnesia
- Tagesrucksack
- Dem Wetter angepasste Kleidung /Sonnen und Regenschutz

Seile werden von der Sektion zur Verfügung gestellt.

Allfällige Fragen beantworte ich dir gerne.

**Bisch drbi? Mir freue üs.**

