

Gastlosen - Grundkurs mit Einführung ins Klettern von Mehrseillängen

Hast Du erste Klettererfahrungen mit Kletterfinken? Sind Anseilen und Sichern keine Fremdwörter für Dich? Geh noch einen Schritt weiter in Richtung Eigenständigkeit und Sicherheit im Sportklettern.

In diesem Grundausbildungskurs zeigen wir dir, was du zum Klettern von Einseillängenrouten wissen musst: Stand einrichten, geländeabhängiges Sichern, Standplatz einrichten und Abseilen, hilfreiche Klettertechniken, Tipps & Tricks. Das Gelernte kannst du umgehend in den schönen Kletterrouten der ausgewählten Gebiete anwenden - immer unter fachkundiger Anleitung.

Es gibt viele Gründe, den Weg in die Freiburger Voralpen anzutreten. Einer davon ist die riesige Auswahl an Kletterrouten in perfektem Fels in allen Schwierigkeitsgraden - überzeuge dich selbst!

Preis	CHF 445.- / max. 6 Teiln. pro BergführerIn		
Daten / Leitung	16.06.18 - 17.06.18	Kurs Nr.: 110 1824	Seilschaft.ch
	(Aus organisatorischen Gründen kann die Tourenleitung noch wechseln)		
Dauer	2 Tage		
Kursort	Gastlosen - Fribourger Voralpen		
Treffpunkt	9 Uhr Bahnhof Fribourg, beim Kurzparking vor dem Bahnhof		
Rückreise	Ca. um 18 Uhr in Fribourg		
Programm	Weiterfahrt mit Bus nach Jaun, je nach Temperaturen wählen wir unseren Klettersektor auf der Nord- oder Südseite aus. Gepäck kann im Auto deponiert werden.		
Anforderung	Klettern und Sichern im Vor- und Nachstieg, mind. 4c / Zustiege 15` bis 60`		
Unterkunft	Hotel mit Familienzimmer (3-4 Betten)		
Im Preis inkl.	Leitung durch dipl. BergführerIn, Übernachtung mit Frühstück, Kursmaterial, Transfer ins Klettergebiet.		
Zusatzkosten	Anreise, Nachtessen & Getränke, Lunch		
Versicherung	Der Abschluss einer persönlichen Kranken- und Unfallversicherung (inkl. Rettungskosten) ist Sache des Teilnehmers / der Teilnehmerin. seilschaft.ch GmbH empfiehlt die Mitgliedschaft bei der REGA und den Abschluss einer Annullationskostenversicherung. Bei der Allianz lässt sich online einfach eine Annullierungskostenversicherung abschliessen: Link: https://www.allianz-assistance.ch/de/reiseversicherung/annulationsversicherung/		
Literatur	Gastlosen.ch / Edigast		
Wichtig	Am Tag vor der Tour (ab 14 Uhr) erfährst du auf unserer Homepage www.seilschaft.ch unter der Rubrik „INFO“ ob die Tour stattfindet. Sollte die Tour abgesagt werden, gibst du uns deine Bankdaten zur Rückvergütung an, ansonsten stellen wir dir eine Gutschrift aus.		

Persönliche Materialliste

Technische Ausrüstung

- Anseilgurt
- Kletterschuhe
- 2-3 Bandschlingen 60cm / 120cm, Prusikschlinge
- Standschlinge mit Schrauber
- 3 HMS-Karabiner
- Sicherungs-/Abseilgerät
- Magnesiumsäckli
- Kletterhelm
- Rucksack

Bekleidung

- Trekkingschuhe
- Gore Tex Jacke
- Leichte Trekkinghose oder bequeme Hosen zum Klettern
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Mütze / dünne Handschuhe
- Sonnenschutz wie: Brille, Creme, Sonnenhut

Diverses

- Toilettenartikel / kl. Frottiertuch
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat
- leichte Hausschuhe
- Halbtaxabo oder GA
- kleine Taschenapotheke

Übernachtung

- Leichte Hüttenfinken
- Toilettenartikel im Kleinformat

Verpflegung

- Zwischenverpflegung wie Dörrobst, Schokolade, Energieriegel, Vollkornbrot, Trockenfleisch oder Käse.
- Leicht gesüsster Tourentee ca. 1Liter für den 1ten Tourentag
- Zwischenverpflegung muss für die Anzahl Tourentage mitgenommen werden

Mietmaterial

Diese Mietgegestände können bei seilschaft.ch auf der Home Page unter "INFO" bestellt werden. Die Miete bezahlst du der BergführerIn direkt auf der Tour.

- Kletterset
- Anseilgurt
- Kletterschuhe
- Helm