seilschaft.ch
TOURENPROGRAMM

Finale Ligure - Gelati und Klettern

Finale gehört mit über 2500 Routen zu den grössten und bedeutendsten Klettergebieten Europas und ist etwas vom Besten, das es gibt. Die wunderschönen Kalkwände nahe der Ligurischen Küste lassen sämtliche Kletterherzen höher schlagen: Mit ihren Sintersäulen, Löchern und Leisten bieten sie alles, was man sich erträumt. Geklettert wird entweder in Finale oder im Hinterland von Albenga, in „Oltrefinale“.
Nach dem Apéro am Meer oder im charmanten, mittelalterlichen Städtchen Finalborgo geniessen wir köstliches, italienisches Essen und guten Wein in den besten Osterias.

Kursinhalt:
Durch gezieltes Techniktraining verbesserst du deine Fähigkeiten und deinen Bewegungsfluss. Beim Ausarbeiten einer schwierigen Route erlernst du neue Bewegungen und erarbeitest Strategien für einen erfolgreichen "Rotpunkt" Durchstieg.
Weitere Punkte sind das Auffrischen und Optimieren der persönlichen Sicherungstechnik und korrektes körperdynamisches Sichern.
Wir holen dich dort ab wo du mit deinem Können stehst und bringen dich durch individuelles Coaching einen Schritt weiter!

Preis	CHF 1280.- / max. 6 Teiln. pro BergführerIn / Durchführung ab 2 Teilnehmer/innen
Daten / Leitung	27.10.19 - 02.11.19 Kurs Nr.: 206 1944 Ueli Gnädinger 0041 79 279 82 33 (Aus organisatorischen Gründen kann die Tourenleitung noch wechseln)
Dauer	7 Tage
Kursort	Finale Ligure / Italien
Treffpunkt	8.30 Uhr BH Bern beim Kurzparking auf der Parkterasse / Von den Gleisen kommend zur Bahnhofshalle und nach links bei Mr Clean (Toiletten) den Lift bis Vorfahrt benutzen.
Rückreise	ca. um 16 Uhr ab Bern
Programm	Weiterfahrt mit Bus nach Finale Ligure, unterwegs werden wir uns in einem Klettergarten einklettern.
Anforderung	Beherrschen der Sicherungstechnik in Einseillängentouren, mind. 5a, Zustieg bis 30'
Unterkunft	Hotel, Doppelzimmer (Einzelzimmer mit Aufpreis von 15 € pro Nacht)
Im Preis inkl.	Leitung durch dipl. BergführerIn, Übernachtung mit Frühstück, Gruppenmaterial.
Zusatzkosten	Anreise je nach Teilnehmerzahl (CHF 200.-) Nachtessen und Getränke in Restaurant.
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 Anullationskostenversicherung. Bei der Allianz lässt sich online einfach eine Annullierungskostenversicherung abschliessen: Link: https://www.allianz-assistance.ch/de/reiseversicherung/annullationsversicherung/
Literatur	Finale und Oltre Finale / Gallo

Persönliche Materialliste

Technische Ausrüstung
- 6 Expressen
- Anseilgurt
- Kletterschuhe
- 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
- Taschenmesser
- Ev. Fotoapparat
- leichte Hausschuhe
- Halbtaxabo oder GA
- kleine Taschenapotheke
- Pass / ID
- Etwas Geld in Euro
- Badekleidung und Frottiertuch

Übernachtung
- Toilettenartikel im Kleinformat

Verpflegung
- Zwischenverpflegung kann noch vor Ort gekauft werden