Sardinien - den Sommer verlängern

Umgeben vom türkisfarbenen Meer beeindruckt die italienische Insel mit ihrer abwechslungsreichen, rauen Schönheit: Felsige Küsten umranden ein eindrucksvolles Bergmassiv, durchzogen von tiefen Schluchten. Wir entdecken herrliche Kalksteinwände mit Klettereien jeder Art und in jedem Schwierigkeitsgrad. In einigen Klettergebieten hat es auch spektakuläre Mehrseillängentouren. Manche Felsen liegen direkt am Meer, sodass wir uns zwischendurch im herrlichen Wasser erfrischen können.
Auch unsere Unterkunft in Cala Gonone befindet sich in unmittelbarer Meeresnähe.

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 1290.- / max. 7 Teiln. pro BergführerIn / Durchführung ab 2 Teilnehmer/innen
Daten / Leitung	16.10.22 - 23.10.22 Kurs Nr.: 205 2242 Ueli Gnädinger 0041 79 279 82 33 (Aus organisatorischen Gründen kann die Tourenleitung noch wechseln)
Dauer	8 Tage
Kursort	Cala Gonone / Sardinien
Treffpunkt	Am Sonntag in Olbia ca um 12 Uhr / Anreise per Flugzeug oder Fähre / Anschliessend Weiterfahrt nach Gala Gonone / genauer Zeitpunkt wird ca 4 Wochen vor Tourenbeginn festgelegt.
Anreise	Individuelle Anreise per Zug und Fähre oder mit dem Flugzeug nach Olbia auf Sardinien.
Rückreise	Nach dem Klettern am Samstagabend mit der Nachtfähre nach Genua - oder am Sonntag mit dem Flugzeug ab Olbia.
Anforderung	Klettern und Sichern im Vor- und Nachstieg, mind. 5b, Zustiege bis 1h / Routenauswahl von 4c bis 7a
Unterkunft	Ferienhaus mit Doppelzimmer
Im Preis inkl.	Leitung durch dipl. BergführerIn, Übernachtung mit Frühstück und Lunch, Gruppenmaterial.
Zusatzkosten	Fahrkostenbeteiligung 100.- / 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	Pietra di Lune / Mauricio Oviglia

Persönliche Materialliste

Technische Ausrüstung

- Anseilgurt
- Kletterschuhe
- Magnesiumsäckli
- Kletterhelm
- Rucksack
- Kletterset: 6 Expressen,Standschlinge mit Schraubkarabiner, 3 HMS Schraubkarabiner, Sicherungs-/ Abseilgerät

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