



### **Einsteigerkurs Bouldern**

**Boulderworkshop in der Halle**

<b>Termin</b>	<b>Samstag, 15.06.2024</b>
<b>Anmeldung bis...</b>	01.06.2024 beim Kursleiter
<b>Beschreibung</b>	Technik- und spezifisches Krafttraining Richtig Fallen, Bewegungsvorbereitung und -ausführung, Standardbewegung „frontal“ und „eingedreht“, präzise Greifen und Treten, Hüftauslöser, max. 6 Teilnehmer
<b>Dauer</b>	2,5 Stunden
<b>Schwierigkeitsgrad</b>	min. UIAA 5
<b>Voraussetzungen</b>	Spaß an Bewegung und etwas Kletter- bzw. Bouldererfahrung
<b>Ausrüstung</b>	Kletterschuhe und Chalk kann ggf. in der Halle ausgeliehen werden
<b>Halle</b>	„Under the roof“ in Weilheim
<b>Art der Führung</b>	Boulderworkshop
<b>Vorbesprechung</b>	bitte telefonisch melden für Gruppen- und Schwerpunkteinteilung
<b>Treffpunkt und Uhrzeit</b>	Kletterhalle „Under the roof“ Weilheim Gruppe 1: 10.00 Uhr – 12.30 Uhr Gruppe 2: 13.30 Uhr – 16.00 Uhr Für Fahrgemeinschaften bitte melden
<b>Organisator / Führer</b>	Volker Hille
<b>Telefon</b>	0179 5930149
<b>E-Mail</b>	hillvolk@web.de
<b>Organisationspauschale</b>	für Mitglieder der Sektion Peiting 20,- € für Mitglieder anderer Sektionen 25,- € Der Halleneintritt ist vom Teilnehmenden zu übernehmen.