



Einsteigerkurs Bouldern

Boulderworkshop in der Halle

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