KURS · 1 ABEND

Sichern und Sturztraining

Hast du bereits seit längerem keinen Sturz mehr gehalten? Oder hast du Unbehagen beim Gedanken zu Stürzen oder einen Sturz zu halten? Dann ist dieser Kurs ideal für dich, um mit neuem Vertrauen danach die Gedanken wieder voll auf die Klettertechnik zu setzen.

Event abgesagt!

01 Kursinhalte

In diesem Kurs lernst und übst du die zentralen Punkte für das Sichern eines Sturzes, Standort des Sichernden, dynamisches Sichern mit den gebräuchlichsten Sicherungsgeräten und das Verhalten während eines Sturzes.

02 Kursziele

Optimierung der eigenen Sicherungstechnik.

03 Voraussetzungen/Anforderungen

Beherrschen der Sicherungstechnik (z.B. aus GK 2 und Kletterniveau 5b), Mitglied beim SAC Pilatus, für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahre.

04 Benötigtes Material

Kletterausrüstung inkl. Seil falls vorhanden.

05 Leistungen/Preis

Erwachsene CHF 40.- ; Jugendliche CHF 35.-
Halleneintritt ist im Kurspreis nicht inbegriffen. Erwachsene CHF 16.- und Jugendliche CHF 12.-.

06 Kursleitung

MK **Knüsel Mirjam**
J+S Leiter/in

AK **Kurs-Team Administration**

Die Kontaktangaben der Leitung siehst du, wenn du auf der Website angemeldet bist.

KURSDATEN

Sun, 22.03.2026

KURSART

Indoor/Hallen: Sicherheit

KURSSTUFE

3

AUSGANGSPUNKT

PILATUS INDOOR

ZEIT UND TREFFPUNKT

18.45 Uhr Kletterhalle Pilatus Indoor / D4

ANREISE MIT

Keine Angabe

ORGANISIERENDE GRUPPE

Stammsektion Aktive

07 Anmeldung und Abmeldung

Online-Anmeldung vom 01.01.2026 06:00 bis zum 15.03.2026.

Online

Online-Abmeldung mit einer Frist von 14 Tagen möglich.

Es können ggf. Stornierungsgebühren anfallen (siehe Leistungen/Preis).

Zum Kurs online