



# Technik 1

**Der Technikkurs 1 ist für Kletterer gedacht, welche die Sicherungs- und Seiltechnik kennen und die Klettertechnik verbessern wollen und im Bereich 4c – 5c klettern.**

<b>Kursdaten</b>	14.10. und 28.10.2018 Dauer: 2 Abende
<b>Kursart</b>	INDOOR/HALLEN Technik
<b>Kurstufe</b>	1
<b>Organisierende Gruppe</b>	Stammsektion Aktive
<b>Kursziele</b>	Verbesserungsmöglichkeiten der persönlichen Klettertechnik kennenlernen.
<b>Kursinhalte</b>	Kennenlernen der Grundlagen der Klettertechnik (beispielsweise Greifen, Stehen, Eindrehen, Schwerpunktverlagerung) um die persönliche Klettertechnik zu verfeinern.
<b>Voraussetzungen</b>	Mitglied SAC Pilatus, ab 14 Jahre, Kletterniveau 4, beherrschen der Sicherungstechnik z.B. aus dem Grundkurs 1 oder Grundkurs 2
<b>Kursort</b>	Kletterhalle Pilatus Indoor, Root D4
<b>Kursleitung</b>	Peter Erni
<b>Preis/Leistungen</b>	Erwachsene CHF 90.- und Jugendliche CHF 70.-, inkl. Halleneintritt, exkl. Mietmaterial.
<b>Anmeldung</b>	Spätestens eine Woche vor dem Kurs mit: Name, Adresse, Jahrgang und Mitglied-Nummer an Elisabeth Zingg. E-Mail: lizi@datazug.ch
<b>Material</b>	Klettergurt, Kletterfinken, Sicherungsgerät und Seil, sowie Schreibutensilien.
<b>Zeit und Treffpunkt</b>	18.45 Uhr Kletterhalle Pilatus Indoor / D4