

Kletterprogramm Winter 2021/22

KiBe Klettern

Teilnahmeberechtigt: Kinder Jahrgänge 2010 und 2011

Leiter: Laura Bomio Tel 079 740 12 17 mail: laurabomio@hotmail.com
Adi Kälin Tel 079 224 66 44 mail: adiguide@gmx.ch

Kursdauer: Mitte November bis Ende März

Kursziel: Einführung der Kinder ins Bouldern und Klettern

Spielerische Schulung der Klettertechnik

Förderung der Beweglichkeit, Kraft, Konzentration und Verantwortung

Kosten: Pro Abend im Boulderraum CHF 6.00. Pro Nami in der Kletterhalle CHF 15.-

Jeweils am Vortag muss der Leiter per sms oder whatsapp-Gruppe informiert werden, ob du teilnimmst oder nicht.



Datum	Zeit	Treffpunkt	Dauer	Thema	Leiter
22. Nov.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Einschreiben, spielerische Einführung ins Bouldern	Laura
6. Dez.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Training Fusstechnik	ev. Adi
20. Dez.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Training Greiftechnik	ev. Adi
17. Jan.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Fuss- und Greiftechnik kombinieren	Laura
31. Jan.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Verschieden Techniken anwenden	Laura
9. Feb.	13.00 - 16.00	Kletterhalle	3h	Klettern mit Seil in der Halle. Sicher sichern, anseilen und klettern.	Adi
23. Feb.	13.00 - 16.00	Kletterhalle	3h	Klettern mit Seil in der Halle. Sicher sichern, anseilen und klettern.	Adi
9. März.	13.00 - 16.00	Kletterhalle	3h	Klettern mit Seil in der Halle. Sicher sichern, anseilen und klettern.	Adi
23. März.	13.00 - 16.00	Kletterhalle	3h	Klettern mit Seil in der Halle. Sicher sichern, anseilen und klettern.	Adi
6. April.	13.00 - 16.00	Sportzentrum	3h	Begehung des Indoor- Seilparks. Abschluss Winterprogramm	Adi