

Die Kletterhalle ist bis mindestens 22. Januar geschlossen.
Ob und wie die Kletterträfts und die Kletterkurse durchgeführt werden können, ist noch offen.

Sektion Tödi
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



Technikkurs Klettern und Bouldern in der linth-arena sgu 19. und 26. Februar 2021



Tourenleiter Urs Rast
079 742 81 22
rastu@bluewin.ch

Tourenart Kurs

Route Zur Ergänzung der Kletterträfts bietet der SAC diesen zweiteiligen Kurs an, damit du Deine Klettertechnik verfeinern kannst.

Die beiden Abende haben je einen Teil mit folgenden Schwerpunkten:

- Boulderhalle mit Schwerpunkt Klettertechnik: Wie komme ich da hoch?
- Kletterhalle mit Schwerpunkt Sicherheit und Taktik: Wie schaue ich auf mich und auf die anderen? Wo kann ich ruhe, wo muss ich Gas geben?

Schwierigkeit Für alle

Karte/Literatur Diverse Literatur zu Technik- und Krafttraining und auch im Internet:
[https://www.bergzeit.ch/magazin/top-8-uebungen-fuers-klettertraining/Vorbereiten – Auslösen – Abschiessen](https://www.bergzeit.ch/magazin/top-8-uebungen-fuers-klettertraining/Vorbereiten-Auslösen-Abschiessen)

Teilnehmerzahl 10 Teilnehmer. Je nach Vorgaben des BAG muss die Anzahl Teilnehmer eingeschränkt werden.

Ausrüstung gemäss Ausrüstungsliste unter www.sac-toedi.ch > Touren > Ausrüstungslisten > „Tourenart“
Klettergurt, Schraubkarabiner, Kletterfinken, Magnesia
Dies alles kann auch gemietet werden.

Treffpunkt 19:00, bei der Kasse linth arena sgu

Anmeldung bis 3 Tage vor der Tour direkt beim Tourenleiter
mit Adresse, Telefonnummer, **Notnummer mit Kontaktperson**



Auskunft	am Vorabend ab 19:00 beim Leiter
Kosten	Keine. Jeder Teilnehmer bezahlt selbst den Eintritt.
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden!
Bemerkungen	Das Touren- und Kursreglement gilt für das gesamte Tourenwesen der Sektion Tödi. Siehe auch Tourenreglement unter www.sac-toedi.ch > Touren > Reglemente
Coronavirus	Für jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer von Sektionsanlässen gilt das Schutzkonzept des Zentralverbandes des SAC . Insbesondere gelten die Hygiene-Regeln des BAG .

