

# Mäßig Fortgeschritten bzw. Aufbaukurs

# Informationen zur Kletterhalle



## ÖFFNUNGSZEITEN

Montag – Sonntag: 08:00 Uhr – 22:00 Uhr  
In den Sommerferien eingeschränkter Betrieb (laut Aushang!)

## EINTRITTSPREISE FÜR DIE SAISON 2017 / 2018

Karte	Zeit	Ermäßigt*	Erwachsene**
Tages- eintritte	8:00 bis 14:00	€ 3,60	€ 4,60
	14:00 bis 17:00	€ 4,80	€ 5,80
	17:00 bis 22:00	€ 5,80	€ 7,00
1 Monat		€ 37,70	€ 48,60
2 Monate		€ 75,40	€ 97,10
3 Monate		€ 91,90	€ 124,00
Semester	6 Monate	€ 115,80	€ 159,10
Jahreskarte	11 Monate	€ 175,70	€ 258,40

Kinder bis 6 Jahre kostenlos (in Begleitung eines Erwachsenen)!

\* SchülerInnen, Lehrlinge, StudentInnen bis 27 Jahre, Senioren, Wehrdienst- u. Zivildienstleistende mit gültigem Ausweis.

\*\* Familienermäßigung: Nur gültig in Verbindung mit einem steirischen Familienpass! Kinder bis 17 Jahre kostenlos!

Bei Monats-, Semester- oder Jahreskarten wird für die Chipkarte eine Kautions von € 10,00 eingehoben.

## GRUPPENERMÄSSIGUNGEN

- Bei einer Privatgruppe unter 10 Personen bezahlt der Kletterlehrer den Eintrittspreis.
- Bei einer Privatgruppe von 10 bis 14 Personen bekommt ein Kletterlehrer einen freien Eintritt in die Kletterhalle.
- Bei einer Privatgruppe über 15 Personen bekommen 2 Kletterlehrer den Eintritt in die Kletterhalle gratis.

Damit eine Gruppenermäßigung verrechnet werden kann, ist eine Voranmeldung bzw. Reservierung im Sekretariat erforderlich!

## LEIHGEBÜHR FÜR KLETTERMATERIAL

(Kletterschuhe, Klettergurte, Kletterseile, Sicherungsgeräte,...)

- Kinder und Jugendliche bis 17 Jahre: € 1,00/Gegenstand
- Erwachsene (ab dem 18. Lebensjahr): € 2,00/Gegenstand

**Im Schuljahr 2017/18 sind alle Sportstätten der SPORTUNION Steiermark an folgenden Tagen geschlossen:**

- Allerheiligen (1.11.2017)
- Heiliger Abend bis einschließlich Neujahr (24.12.17 – 1.1.2018)
- Heilige Drei Könige (6.1.2018)
- Karsamstag, Ostersonntag & Ostermontag (31.3. – 2.4.2018)
- Pfingstsonntag & Pfingstmontag (20. und 21.5.2018)

Dieser Kurs richtet sich an all jene, die gerade einen Anfängerkurs absolviert haben und auf dem Gelernten aufbauen möchten. Natürlich ist er auch für alle geeignet, die schon selbst geklettert sind und sich verbessern möchten, sei es klettertechnisch, seiltechnisch, etc.

## Zielgruppe

Erwachsene aller Altersgruppen  
Mindestens 6, maximal 9 TeilnehmerInnen

**Voraussetzung:** Vorstiegsklettern in Theorie und Praxis (ganz leichte Routen)

## Kursinhalte

Klettertechnik, Seiltechnik, Sturztraining

## Kursleiter

Staatlich geprüfte ÜbungsleiterInnen

## Kosten

Pro Person: € 65,00 Ermäßigt: € 60,00

inklusive: Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten und eine Kletterfibel

## Kurstermine

Donnerstag 18:00 - 20:00 Uhr (4 Einheiten)

Kursnummer: <b>23201</b>	Beginn: <b>05.10.2017</b>
Kursnummer: <b>23202</b>	Beginn: <b>16.11.2017</b>
Kursnummer: <b>23203</b>	Beginn: <b>11.01.2018</b>
Kursnummer: <b>23204</b>	Beginn: <b>01.03.2018</b>
Kursnummer: <b>23205</b>	Beginn: <b>12.04.2018</b>
Kursnummer: <b>23206</b>	Beginn: <b>07.06.2018</b>

Inhalte und Termine finden Sie ebenfalls online unter:  
[www.sportunion-steiermark.at](http://www.sportunion-steiermark.at)

**Raiffeisen  
Meine Bank**



SPORT  
UNION

**KLETTERPROGRAMM  
2017/2018**

**SPORTUNION Steiermark - Wir bewegen Menschen**

Gaußgasse 3, 8010 Graz

Tel.: +43 (0) 316 32 44 30, Fax: +43 (0) 316 32 42 56

Mail: [office@sportunion-steiermark.at](mailto:office@sportunion-steiermark.at)

Web: [www.sportunion-steiermark.at](http://www.sportunion-steiermark.at)



[WWW.SPORTUNION-STEIERMARK.AT](http://WWW.SPORTUNION-STEIERMARK.AT)

## Kinderkletterkurse

## Kinderkletterkurse

## Jugendkletterkurse

## Anfängerkurse für Erwachsene

Die besondere Zielsetzung des **Anfänger Kletterkurses** ist das spielerische Erlernen einer fundierten Kletter- und Sicherungstechnik. Im Rahmen eines sicherheitsbewussten Unterrichtskonzeptes werden die Kinder an die Sportart „Klettern“ herangeführt.

Beim **Fortgeschrittenenkurs** liegt der Schwerpunkt im Erlernen von Klettertechniken, Körperbeweglichkeit und Vorstiegsklettern. Außerdem soll nach diesem Kurs das Nachstiegsklettern eigenständig beherrscht werden.

Kursinhalt: Gleichgewichts-, Boulder- und Kletterspiele, Knoten- und Sicherungstechniken, Kletterregeln, Topropeklettern, Beginn und Weiterentwicklung des Vorstiegsklettern.

### Zielgruppe

Kinder von 6 bis 9 Jahren  
Mindestens 6, maximal 8 TeilnehmerInnen

### Kursleiter

Staatlich geprüfte ÜbungsleiterInnen

### Kosten

Pro Kind: € 150,00 (18 Einheiten)  
inklusive Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und eine Kletterfibel

### Kurstermine für Anfänger U9

Jeden Montag: 15:00 - 16:30 Uhr  
1. Semester - 02.10.2017 - 12.02.2018  
Kursnummer: **21101** Beginn: **02.10.2017**  
2. Semester - 26.02.2018 - 02.07.2018  
Kursnummer: **21102** Beginn: **26.02.2018**

### Kurstermine für Fortgeschrittene U9

Jeden Montag: 16:30 - 18:00 Uhr  
1. Semester - 02.10.2017 - 12.02.2018  
Kursnummer: **21201** Beginn: **02.10.2017**  
2. Semester - 26.02.2018 - 02.07.2018  
Kursnummer: **21202** Beginn: **26.02.2018**

Die besondere Zielsetzung des **Anfänger Kletterkurses** ist das spielerische Erlernen einer fundierten Kletter- und Sicherungstechnik. Im Rahmen eines sicherheitsbewussten Unterrichtskonzeptes werden die Kinder an die Sportart „Klettern“ herangeführt.

Beim **Fortgeschrittenenkurs** liegt der Schwerpunkt im Erlernen von Klettertechniken, Körperbeweglichkeit und Vorstiegsklettern. Außerdem soll nach diesem Kurs das Nachstiegsklettern eigenständig beherrscht werden.

Kursinhalt: Gleichgewichts-, Boulder- und Kletterspiele, Knoten- und Sicherungstechniken, Kletterregeln, Topropeklettern, Beginn und Weiterentwicklung des Vorstiegsklettern.

### Zielgruppe

Kinder von 9 bis 12 Jahren  
Mindestens 6, maximal 8 TeilnehmerInnen

### Kursleiter

Staatlich geprüfte ÜbungsleiterInnen

### Kosten

Pro Kind: € 150,00 (18 Einheiten)  
inklusive Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und eine Kletterfibel

### Kurstermine für Anfänger U12

Jeden Donnerstag 15.00-16.30 Uhr  
1. Semester - 05.10.2017 - 15.02.2018  
Kursnummer: **21103** Beginn: **05.10.2017**  
2. Semester - 01.03.2018 - 05.07.2018  
Kursnummer: **21104** Beginn: **01.03.2018**

### Kurstermine für Fortgeschrittene U12

Jeden Donnerstag 16.30-18.00 Uhr  
1. Semester - 05.10.2017 - 15.02.2018  
Kursnummer: **21203** Beginn: **05.10.2017**  
2. Semester - 01.03.2018 - 05.07.2018  
Kursnummer: **21204** Beginn: **01.03.2018**

Klettern bedeutet Spaß an der Bewegung und Freude am Spiel mit der Schwerkraft. Vom Boden „abheben“, Verantwortung übernehmen, sich selbst richtig einschätzen und dieses Abenteuer mit Gleichaltrigen genießen sind Kernelemente dieses Kletterkurses. Inhalt des Fortgeschrittenenkurses ist die vorhandene Klettererfahrung gemeinsam in spielerischer Form zu verbessern, um schwierigere Touren zu meistern. Besondere Schwerpunkte sind Vorstiegstraining und insbesondere die Klettertechnik.

*Kursinhalte für Anfänger:* Gleichgewichts-, Boulder- und Kletterspiele, Knoten und Sicherungstechniken, Kletterregeln, Topropeklettern, Beginn und Weiterentwicklung des Vorstiegsklettern.  
*Kursinhalt:* Gleichgewichts-, Boulder- und Kletterspiele, Knoten- und Sicherungstechniken, Kletterregeln, Topropeklettern, Beginn und Weiterentwicklung des Vorstiegsklettern, Sturztraining, Perfektionieren und Weiterentwicklung der Klettertechnik, Klettern im Überhang und beginnend im Dach.

### Zielgruppe

Jugendliche von 12 bis 16 Jahren  
Mindestens 6, maximal 8 TeilnehmerInnen

### Kursleiter

Staatlich geprüfte ÜbungsleiterInnen

### Kosten

Pro Kind: € 150,00 (16 Einheiten) inkl. Kursgebühr, Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und eine Kletterfibel

### Kurstermine für Anfänger

Jeden Mittwoch: 15:00 - 16:30 Uhr  
1. Semester - 04.10.2017 - 14.02.2018  
Kursnummer: **22101** Beginn: **04.10.2017**  
2. Semester - 28.02.2018 - 20.06.2018  
Kursnummer: **22102** Beginn: **28.02.2018**

### Kurstermine für Fortgeschrittene

Jeden Mittwoch: 16:30 - 18:00 Uhr  
1. Semester - 04.10.2017 - 14.02.2018  
Kursnummer: **22201** Beginn: **04.10.2017**  
2. Semester - 28.02.2018 - 20.06.2018  
Kursnummer: **22202** Beginn: **28.02.2018**

Ziel des Anfängerkurses ist es, dass man möglichst schnell selbstständig in der Halle klettern kann. Besondere Schwerpunkte sind die Grundzüge der Sicherungstechnik für Vor- und Nachstiegsklettern, sowie ein Kennenlernen einiger elementarer Klettertechniken. Die 2-stündigen Einheiten bestehen immer aus einer etwas kürzeren Technikeinheit (Bouldern) und einer längeren Seileinheit. Kursinhalte sind u.a.: Gleichgewichtsübungen, Kletter-Grundtechniken, Knotenkunde, Sicherungstechniken, Topropeklettern, Beginn Vorstiegsklettern, Kletterregeln, Kletter-spez. Tipps (z.B.: Material, Kaufberatung, etc.).

### Zielgruppe

Erwachsene aller Altersgruppen  
Mindestens 6, maximal 8 TeilnehmerInnen

### Kursleiter

Staatlich Geprüfte ÜbungsleiterInnen

### Kosten

Pro Person: € 65,00 Ermäßigt: € 60,00  
inklusive: Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten und eine Kletterfibel

### Kurstermine Anfänger

Dienstag 18:00 - 20:00 Uhr (4 Einheiten)  
Kursnummer: **23101** Beginn: **03.10.2017**  
Kursnummer: **23103** Beginn: **31.10.2017**  
Kursnummer: **23105** Beginn: **28.11.2017**  
Kursnummer: **23107** Beginn: **09.01.2018**  
Kursnummer: **23109** Beginn: **27.02.2018**  
Kursnummer: **23111** Beginn: **10.04.2018**  
Kursnummer: **23113** Beginn: **29.05.2018**

### Wochenend - Intensivkurse für Erwachsene

Diese Kurse finden geblockt an einem Wochenende statt und beinhalten somit in 2 Tagen den gleichen Kursumfang wie ansonsten in 4 Wochen.

### Kurstermine für Anfänger

Samstag und Sonntag jeweils 9:00 - 13:00 Uhr  
Kursnummer: **23301** Beginn: **04. u. 05.11.2017**  
Kursnummer: **23302** Beginn: **02. u. 03.12.2017**  
Kursnummer: **23303** Beginn: **13. u. 14.01.2018**  
Kursnummer: **23304** Beginn: **10. u. 11.03.2018**