

## Klettersteigkurs für Einsteiger (Abendkurs) Inntal, Ötztal, Schmirntal

17., 18. und 19. Mai 2022

*Bei uns sind männliche, weibliche und diverse Personen in gleicher Weise sehr herzlich willkommen. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir jedoch auf die gleichzeitige Verwendung unterschiedlicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten daher für alle Geschlechter.*



### Auf Eisenwegen sportlich unterwegs

Früher, von „g?standenen“ Alpinisten vielfach sehr abwertend gesehen, hat sich die Begehung von Klettersteigen zu einer eigenständigen alpinen Sportart entwickelt, die sich großer Beliebtheit erfreut.

Bei diesem Kurs kannst du die Tricks, die für eine risikoarme und erlebnisreiche Begehung von Klettersteigen erforderlich sind erlernen. Übrigens, wer meint für einen Klettersteig zu wenig Armkraft zu besitzen macht bei der Begehung einen elementaren Fehler!

### Geplanter Kursablauf:

- 17. Mai** Crazy-Eddy-Klettersteig, Treffpunkt in Silz.
- 18. Mai** Stuibenfall Klettersteig, Treffpunkt Umhausen.
- 19. Mai** Peter-Kofler-Klettersteig St. Jodok, (je nach Zeit ev. nur 1. Abschnitt)
- Voraussetzungen:** Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, etwas Sportlichkeit und Lernbereitschaft.  
Bitte die [Teilnahmebedingungen](#) beachten.  
Bitte plant euren Tagesablauf so, dass ihr jeweils um 17:00 beim Treffpunkt sein könnt.
- Ausrüstung:** Lt. Ausrüstungsliste (siehe unten).  
Bitte unbedingt eine Stirnlampe mitnehmen – es könnte beim Abstieg dunkel werden!
- Kosten:** € 30,00 ohne Leihhausrüstung. Hinzu kommen noch Kosten für die An- und Abreise zu den Kursorten.
- Kursleitung:** Staatl. geprüfter Instruktor Oswald Helm
- Treffpunkt:** Die genauen Treffpunkte werden kurzfristig vereinbart.
- Anmeldeschluss:** 7. Mai 2022 Hier geht's zur [Anmeldung](#)

**Die Teilnahme ist nur für Vereinsmitglieder möglich.**

Hier kannst du deine [Mitgliedschaft beantragen](#).



## Ausrüstungsliste – Klettersteigkurs

Diese Ausrüstungsliste haben wir speziell für den Kurs zusammengestellt. Sie reicht für selbständige Touren nicht!

### Technische Ausrüstung

- Rucksack (ca. 20 l)
- Hüftgurt **L N**
- Klettersteigset<sup>1</sup> **L N**
- Steinschlaghelm
- Klettersteighandschuhe
- Bandschlinge mit HMS-Karabiner, ca. 60 cm **L N**
- 

### Kleidung

- Jacke (als Wärmeschutz)
- geeignete Hose (keinesfalls Shorts)
- Regenschutz (je nach Wettervorhersage)
- Mütze
- Schuhe<sup>2</sup>

### Notfallausrüstung

- Handy
- Biwaksack
- Stirnlampe

Eine Kursteilnahme mit unvollständiger, ungeeigneter oder veralteter Ausrüstung ist leider nicht möglich. Mit **L** gekennzeichnete Ausrüstungsgegenstände können gegen geringe Gebühr ausgeborgt werden. Bitte bei der Anmeldung bekanntgeben.

<sup>1</sup> Bei Neuanschaffung EN 985@2017; es können auch Sets mit der früheren Norm EN 985@2011 verwendet werden, soweit diese von keiner Rückrufaktion betroffen sind. Bitte auch die Gebrauchsdauer der Hersteller und allfällige Rückrufaktionen die dein Modell betreffen beachten.

<sup>2</sup> Turn-, Lauf- oder Trailrunningschuhe sind für Klettersteige ebenso ungeeignete wie sehr leichte Bergschuhe mit weicher Sohle!