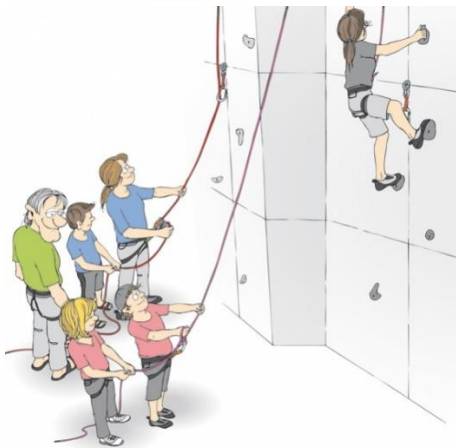


# Kletter-AG mit der Möglichkeit zum Erwerb des DAV Kletterschein Toprope SJ 24/25



Klettern trainiert nicht nur Muskulatur und Balance und trägt somit zu einer guten Haltung und zur Vermeidung von Rückenschmerzen bei, Klettern fördert viel mehr. Seinen kletternden Partner zu sichern, erfordert Verantwortungsbereitschaft und Konzentration. Sich auf den sichernden Partner zu verlassen bedeutet sorgsam mit seinem Vertrauen umzugehen und auf die eigenen Gefühle zu achten.

Vermittelt werden das richtige Anseilen, das Einlegen der Sicherung, Partnercheck und Selbstkontrolle, Ablassen und einfache technische Grundlagen des Topropekletterns und Boulderns.

Nach erfolgreich abgelegter Prüfung kann der DAV-Kletterschein Toprope ausgestellt werden, der zum selbstständigen Topropeklettern befähigt – regelmäßige Teilnahme an der AG ist dafür Voraussetzung. Der Großteil der Ausbildung erfolgt in der Kletterhalle „South Rock“ in Berlin.

Kosten müssen für den Halleneintritt und ggf. die Ausleihe von Kletterschuhen übernommen werden (pro Termin ca. 14€). Sicherungsgeräte werden von der Schule gestellt.

## Ablauf: Wann? Wo? Wie lang?

- Fr, 7.3.25, 4. Block, Schule, Sporthalle, ca. 60 min, Einführung, Materialkunde
- Fr, 14.3.25, 15.00-18.00 Uhr, South Rock Kletterhalle
- Fr, 21.3.25, 15.00-18.00 Uhr, South Rock Kletterhalle
- Fr, 28.3.25, 15.00-18.00 Uhr, South Rock Kletterhalle
- Fr, 4.4.25, 15.00-18.00 Uhr, South Rock Kletterhalle

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Meldungen und Nachfragen bitte an [loh@ev-schule-schoenefeld.de](mailto:loh@ev-schule-schoenefeld.de)

Johannes von Loh 11.12.24