

Kletterprogramm Winter 2025/26**KiBe Klettern**

Teilnahmeberechtigt: Kinder Jahrgänge 2014 und 2015

Leiter: Adi Kälin Tel 079 224 66 44 mail: adiguide@gmx.ch

Kursdauer: Mitte Dezember bis Anfang April

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.-. Ganzer Winter 60.00 CHF

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



Datum	Zeit	Treffpunkt	Dauer	Thema	Leiter
8.Dez.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Einschreiben, spielerische Einführung ins Bouldern	Adi
5. Jan.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Training Fusstechnik	Adi
19. Jan.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Training Greiftechnik	Adi
2. Feb.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Fuss- und Greiftechnik kombinieren	Adi
16. Feb.	18.00 - 19.00	Boulderraum	1h	Verschieden Techniken anwenden	Adi
25. Feb.	13.00 - 16.00	Kletterhalle	3h	Klettern mit Seil in der Halle. Sicher sichern, anseilen und klettern.	Adi
11. März.	13.00 - 16.00	Kletterhalle	3h	Klettern mit Seil in der Halle. Sicher sichern, anseilen und klettern.	Adi
25. März.	13.00 - 16.00	Kletterhalle	3h	Klettern mit Seil in der Halle. Sicher sichern, anseilen und klettern.	Adi
8.April.	13.00 - 16.00	Sportzentrum	3h	Begehung des Indoor- Seilparks. Abschluss Winterprogramm	Adi