



ACTION ADVENTURE CAMP

Lust auf Neues? Komm mit nach Lienz!

8. - 14. Juli 2012 A176

Eine abwechslungsreiche Woche in lockerer Atmosphäre: Wir klettern in den luftigen Höhen der Lienzer Dolomiten, raften im Wildbach, schwimmen durch Schluchten, biken durch Täler, besteigen Gipfel, kämpfen uns durch Gletscherbrüche, lassen uns vom Gleitschirm über saftige Wiesen tragen, tauchen, wandern in dunkler Nacht durch alte Wälder und schlafen vielleicht auch mal unter freiem Sternenhimmel...

Keine speziellen Vorkenntnisse erforderlich, aber auch nicht von Nachteil. Eine gewisse Ausdauer, Beweglichkeit und Sportlichkeit wird vorausgesetzt.

Programm: Klettern (top rope/ alpin), Abseilen, Canyoning, Paragleiten am Übungshang, Mountainbiken, Tauchen, Rafting, Klettersteige

Wir sind in Gruppen unterwegs, sodass du zwischen mehreren Aktivitäten wählen kannst. Standquartier bei Lienz (Zelt oder Zimmer), Anreise am 7. Juli.

VB 21.06., 18:00
Pauschalpreis € 358,-/ bis 15 J. 237,-

Betreuung/ Führung von Rafting, Paragleiten, Klettern, Eisklettern, Hochtour, Wandern, Canyoning, Tauchen, komplette Spezialausrüstung



neu ARC neu ARC neu ARC

wir feiern überhängend

Sonntag
28. 4. 2013
15:00 Uhr

Programm:
- Funbewerb:
Almrausch pfücken
mit tollen Preisen
(Anmeldungen bis spätestens 15:30 Uhr)
- Gratis **Schnupperklettern**
- **Glücksrad**
- **Schönstes Dirndl** und **Lederhose**:
- Gratis Essen und Trinken
- **Ab 14:00 Uhr**
- **Eintritt frei** auch für regulären Kletterbetrieb

powered by

www.nordwandklettern.at

2120 Walkersdorf - Wienerfeldstraße 6 - Tel.: 0664 - 355 66 55

KLETTERSTEIG INTERESSENTENLISTE

Tages- und Wochenend-Klettersteigtouren in Österreich für Kurzenschlossene, die nicht lange im Voraus buchen, sondern sich kurzfristig für eine Klettersteigtour entscheiden möchten.

Zeitraum: April bis Oktober 2013, je nach Wetterlage.

Per eMail erhalten Sie kurzfristig (2-3 Tage im Voraus) Informationen über die geplante Tour unter der Führung eines Edelweiss-Klettersteigguides.

Unverbindliche **Vormerkung** an office@alpenverein-edelweiss.at, Betreff: Klettersteig Interessentenliste.



Foto © Csaba Szepefalusi



Tun Sie etwas Gutes für Ihre allgemeine Fitness, kräftigen Sie Ihre Rückenmuskulatur und trainieren Sie Ihre Schulter- und Armkraft sowie die Bewegungskoordination in der Kletterhalle und an unseren Fitnessgeräten.

Üben Sie nach einer Aufwärmereinheit gefahrlos Klettertechniken an Boulderaufgaben und verbessern Sie Ihr Kletterkönnen für die geplanten Genussstouren am Fels!

NEU!

55+ BOULDERN FÜR SENIORS

Mo 22.04. - 01.07., 11:00-12:30.
Kursgebühr: 180,-/ 162,-
(10 Einheiten je 1,5 Stunden)

Leitung: Katharzyna Bachleda
Kursnummer T193

KLETTERN MIT BABY

NEU!

Kursgebühr: 180,-/ 162,-
(10 Einheiten je 1,5 Stunden)
Leitung: Katharzyna Bachleda
Kursnummer T192

Hast du Lust auch mit deinem Baby weiterhin zu klettern? Oder willst du deine Karenzzeit nützen um damit anzufangen?

Dann nimm dein Baby mit und es darf dir von seiner Wippe aus zusehen, wie du mit Gleichgesinnten deine Kletterkondition und dein Kletterkönnen wieder aufbaust und Neues lernst.

Mo 15.22. - 01.07., 9:15 -10:45

KompaktKurse im ViennaCityRock:

Nr.	Termin	Kurs	Uhrzeit	Preis	TrainerIn
H016	17.05.	Stand & Abseilen	18:15 - 20:45	25,-	Fabian Pollesböck
H017	22.05.	1. Hilfe im Klettergarten	18:15 - 20:45	25,-	Florian Huber
H015	25./26.05.	Intensiv-Kurs Vorstieg	10:00 - 17:00	155,-/ 140,-	Barbara Raudner
H018	05.06.	Sturztraining	18:15 - 20:45	25,-	Tomas Hruzek
H019	11.06.	Sicherungsgeräte	18:15 - 20:45	25,-	Daniel Penninger
H020	25.06.	Stand & Abseilen	18:15 - 20:45	25,-	Margarete Hufnagl