

Kletterzentrum Austria

1010 Wien, Rotenturmstrasse 14,
Tel. 01-513 10 03
Fax. 01-513 10 03 17
austria@sektion.alpenverein.at
www.alpenverein-austria.at

Öffnungszeiten:

Mo - Fr (wenn kein Kursbetrieb)
09:00 - 18:00 Uhr
während der Wintermonate auch
Mi, Do: 18:00 - 21:00 Uhr
Wochenende: 14:00 - 20:00 Uhr

Sperrzeiten:

Die Halle ist während Kursbetriebs geschlossen.
Aktuelle Information zu den Öffnungszeiten auf
www.alpenverein-austria.at/austria/Kletteranlagen/
Schulklassen und Gruppen auf Anfrage.

Zahlen und Fakten:

- 300 m² Gesamt-Kletterfläche, davon 90 m² Boulderfläche
- 11 m hohe Vorstiegswand mit über 200 m² Kletterfläche und ca. 20 Routen vom 3. bis 9. Grad und einer felsähnlichen Strukturwand der Firma Walltopia,
- Toprope Seile vorhanden, alle Routen auch im Vorstieg möglich (Seil bitte mitbringen),
- 1 hydraulisch verstellbare Kippwand, Systemkippwand, Campusboard,
- getrennte Garderoben mit allen Sanitäreinrichtungen und versperrbaren Garderobenschränken,
- Leihusrüstung: Kletterschuhe, Gurte und Sicherungsgeräte,
- Getränkekühlschrank,
- Seminarraum im 1. Stock



Kletterzentrum Austria

Die kleine und feine Indoor-Kletteranlage mitten im Herzen Wiens. Die 2008 vollkommen erneuerte Halle bietet einen attraktiven Boulderbereich mit einer großen, hydraulisch verstellbaren Kippwand und eine gemütliche, aber dennoch herausfordernde Vorstiegshalle mit 11 m Höhe. Besondere Attraktion ist die echtem Fels nachempfundene Strukturwand „Rocktopia“, die felsnahes Kletterfeeling bietet. Ein Raum für Gymnastik mit Campusboard und Systemwand komplettiert das Angebot.

Unser Vorteil für Kursteilnehmer: Das Kletterzentrum Austria ist während der Kurse für den öffentlichen Betrieb geschlossen und ermöglicht dadurch einen vollkommen störungsfreien und reibungslosen Kursablauf

Hallenkletterkurse Winter 2010



Kletterkurs „Bärenkinder“ (Minnis)

Kursinhalte:

Speziell auf die Altersklasse 5-6-Jährige abgestimmt:
Fördern des kindlichen Klettertriebes, gruppendynamische Spiele an der Kletterwand, Erkennen und Erlernen des eigenen Balancegefühls, Schulung der Motorik, gesichertes Klettern an der Vorstiegswand, viel Spaß und Spannung.

Kursdauer: Jeweils 5 Einheiten à 1,5 Std.

Teilnehmeranzahl:

ACHTUNG max. 8 Kinder pro Kurs!

Kosten/Leistung:

€ 58,- für Kursleitung, Halleneintritt und Leihmaterial (auch Kletterschuhe).

Tag	Kurszeit	Anforderung	Kursdauer	Aktiv Nr.
Sa	10:00 - 11:30	Einsteiger	09.01.2010 - 20.02.2010	538
Sa	11:30 - 13:00	Fortgeschrittene	09.01.2010 - 20.02.2010	539

Kletterkurse für Kinder, Schüler und Jugendliche

Diese Kurse starten im Jänner 2010 und sind in folgende Altersgruppen unterteilt:

Bärenkinder:	5 bis 6 jährige
Kinder:	7 bis 9 jährige
Schüler:	10 bis 13 jährige
Jugend:	14 bis 16 jährige

Wir ersuchen alle Eltern bei der Anmeldung die Altersklassen zu beachten! Zu große Altersunterschiede führen zu einer Disharmonie im Kursprogramm, daher werden nur die angegebenen Altersgruppen in die vorgesehenen Kurse eingeteilt!

Kursinhalte:

Einsteiger (E):

Leiten und Fördern des natürlichen Klettertriebs in sicherer Umgebung, knifflige Kletterspiele, Erlernen des richtigen Tretens und Steigens, richtiges Greifen der Griffarten, Positionierung des Körperschwerpunkts, kleine Knoten- und Materialkunde, Erlernen der Sicherungstechnik zum Toprope-Klettern.

Fortgeschrittene 1 (F1):

Voraussetzung: Beherrschen der Sicherungstechnik für Toprope Klettern!

Wiederholung der Inhalte des Einsteigerkurses, technikorientierte Spiele an der Boulderwand, Erlernen der unterschiedlichen Klettertechniken, Erlernen der Sicherungstechnik beim Vorstiegsklettern.

Fortgeschrittene 2 (F2):

Voraussetzung: Beherrschen von Sicherungstechnik und Klettern im Vorstieg!

Ökonomisierung der Kletterbewegungen, Wiederholen, Verfeinern und Perfektionieren der erlernten Klettertechniken, Lösen von Boulderproblemen, Klettern schwieriger Routen im Vorstieg, große Knoten- und Materialkunde, Dachklettern, Routenplanung und Projektklettern.

Teilnehmeranzahl: max. 8 Kinder/Jugendliche pro Kursleiter

Kosten/Leistung:

€ 100,- für 10 Einheiten zu 1,5 Stunden, Kursleitung, Halleneintritt und Leihmaterial (auch Kletterschuhe)

Tag	Kurszeit	Alter	Anforderung	Kursdauer	Aktiv Nr.
Mo	15:30 - 17:00	Kinder	E	11.01.10 - 22.03.10	531
Mo	15:30 - 17:00	Kinder	F1+F2	11.01.10 - 22.03.10	532
Di	15:00 - 16:30	Jugend	E	12.01.10 - 23.03.10	533
Di	15:00 - 16:30	Kinder	E	12.01.10 - 23.03.10	534
Di	16:30 - 18:00	Jugend	F1+F2	12.01.10 - 23.03.10	535
Di	16:30 - 18:00	Schüler	E	12.01.10 - 23.03.10	536
Do	16:30 - 18:00	Schüler	F1	14.01.10 - 25.03.10	537

Kletterkurse für Erwachsene

Die Kletterkurse der Sektion Austria bestehen aus 4 Leistungsklassen und wir bitten alle Kursteilnehmer, sich mit den jeweiligen Einstiegsanforderungen vertraut zu machen, um allzu große Niveauunterschiede und damit Verzögerungen im Kursablauf zu vermeiden!

Diese Leistungsklassen haben folgende Anforderungen und Inhalte:

Einsteiger (E):

Keine Vorkenntnisse erforderlich.
Einführung in die Grundkenntnisse des Sportkletterns, Übungen zu den Grundtechniken, Material- und Knotenkunde, Erlernen der Sicherungstechnik zum Topropeklettern, Vorübungen zum Vorstiegsklettern, Verletzungsprophylaxe, richtiges Aufwärmen.

Fortgeschrittene 1 (F1)

Erforderliches Einstiegsniveau:

UIAA-Schwierigkeitsgrad 5- (Toprope), sowie die **Beherrschung der Sicherungstechnik für Toprope Klettern.**

Verbesserung der Bewegungsabläufe, komplexere Klettertechniken, technikorientiertes Bouldern, Training des sicheren Vorstiegskletterns, Sturztraining.

Fortgeschrittene 2 (F2):

Erforderliches Einstiegsniveau:

UIAA-Schwierigkeitsgrad 5+ (Vorstieg), und die **Beherrschung der Sicherungstechnik für das Vorstiegsklettern.**

Perfektionierung der Kletterbewegungen (Eindrehen, Hooken, Ägypter), Ausbau des persönlichen Bewegungsrepertoires, Dynamos, Dachklettern, Bewegungsplanung, Routenplanung und Projektklettern, Lösen von Boulderproblemen.

Tag	Kurszeit	Kursart	Kursdauer	Aktiv Nr.
Mo	17:00 - 18:30	E	11.01.10 - 22.03.10	501
Mo	17:00 - 18:30	E	11.01.10 - 22.03.10	502
Mo	18:30 - 20:00	F1	11.01.10 - 22.03.10	503
Mo	18:30 - 20:00	E	11.01.10 - 22.03.10	504
Mo	20:00 - 21:30	F2	11.01.10 - 22.03.10	505
Mo	20:00 - 21:30	F1	11.01.10 - 22.03.10	506
Di	18:00 - 19:30	F1	12.01.10 - 23.03.10	507
Di	18:00 - 19:30	E	12.01.10 - 23.03.10	508
Di	19:30 - 21:00	E	12.01.10 - 23.03.10	509
Di	19:30 - 21:00	F2	12.01.10 - 23.03.10	510
Di	21:00 - 22:30	von E zu F1, f. Einsteiger	12.01.10 - 23.03.10	511
Di	21:00 - 22:30	Boulder Spezial	12.01.10 - 23.03.10	512
Mi	08:30 - 10:00	E - Student	03.03.10 - 19.05.10	513
Mi	10:00 - 11:30	F1 - Student	03.03.10 - 19.05.10	514
Fr	17:30 - 19:00	E	15.01.09 - 26.03.10	515
Fr	17:30 - 19:00	F1	15.01.09 - 26.03.10	516
Fr	19:00 - 20:30	E	15.01.09 - 26.03.10	517
Fr	19:00 - 20:30	F2	15.01.09 - 26.03.10	518
Fr	20:30 - 21:00	E	15.01.09 - 26.03.10	519
Fr	20:30 - 21:00	F1	15.01.09 - 26.03.10	520

Boulder Spezial NEU!

Einstiegsniveau: **UIAA Schwierigkeitsgrad 7-**. Dieser Kurs richtet sich vor allem an jene Kletterer, die bereits in höheren Schwierigkeitsgraden klettern und daran interessiert sind, durch gezieltes Techniktraining ihre Kletterleistung zu verbessern. Aber auch für den ausschließlich am Bouldern interessierten Kletterer bietet dieser Kurs Möglichkeiten der Technik- und Taktikverbesserung.

Kosten / Leistung:

€ 140,- / 120,- für 10 Einheiten zu je 1,5 Stunden, Kursleitung, Halleneintritt und Leihmaterial (auch Kletterschuhe), jeweils max. 8 Teilnehmer pro Leiter.

Aktiv Nr. 513, 514 :

€ 100,- für Studenten mit gültiger Inskriptionsbestätigung
€ 140,- für reguläre Teilnehmer

Informationsabend für Kursteilnehmer

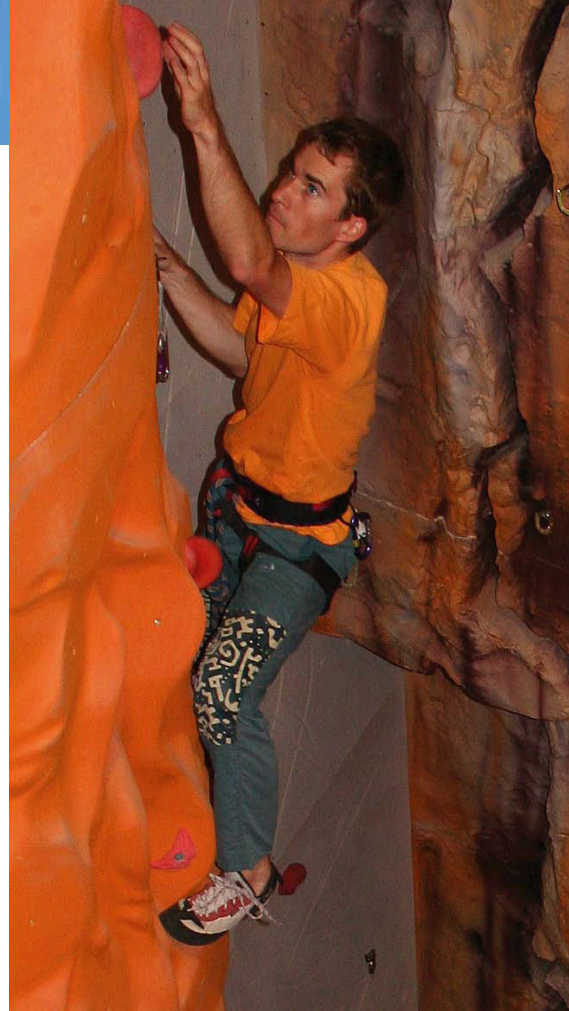
Do. 17.12.2009

Aktiv Nr.: n090420

Mit diesem Infoabend wollen wir v.a. Teilnehmer von Einsteigerkursen ansprechen oder Kletterer, die zum ersten Mal einen Kurs bei uns belegen. Nach einem Vortrag zum Thema Sportklettern (Halle und Fels) möchten wir unsere Kletterlehrer vorstellen, Materialinfos geben und Zeit für alle möglichen Fragen bieten.

Interessenten bitte bis zum Mo. 14.12. anmelden.

Treffpunkt: Do. 17.12.2009 19:30 1010 Wien, Rotenturmstraße 14 - Bücherei (im Innenhof hinten rechts)



Termine für Wochenend-Seminare im Frühjahr 2010:

Kosten / Leistung:

€ 48,- / 37,- für 2 Einheiten zu je 2 Stunden, Kursleitung, Halleneintritt und Leihmaterial (auch Kletterschuhe), jeweils max. 8 Teilnehmer pro Leiter.

Monat	Termin	Dauer	Kursart	Akt.Nr.
Jänner	23./24.01.10	19:00 - 21:00	E	540
Februar	20./21.02.10	19:00 - 21:00	E	541
Februar	27./28.02.10	19:00 - 21:00	E	542
März	13./14.03.10	19:00 - 21:00	E	543
März	20./21.03.10	10:00 - 12:00	Eltern/Kind	544

Eintrittspreise

für Alpenvereinsmitglieder und Mitglieder anderer Alpiner Vereine

		MG	Nicht MG
Erwachsene	1 Stunde	5,50	11,-
(ab 25 Jahren)	Mega-Card (€ 4,50/Std.)	45,-	
Junioren	1 Stunde	3,90	7,80
(bis 25 Jahre)	Mega-Card (€ 3,38/Std.)	45,-	
Kinder/Jugendliche	1 Stunde	2,80	5,60
(bis 18 Jahre)	Mega-Card (€ 2,25/Std.)	45,-	