

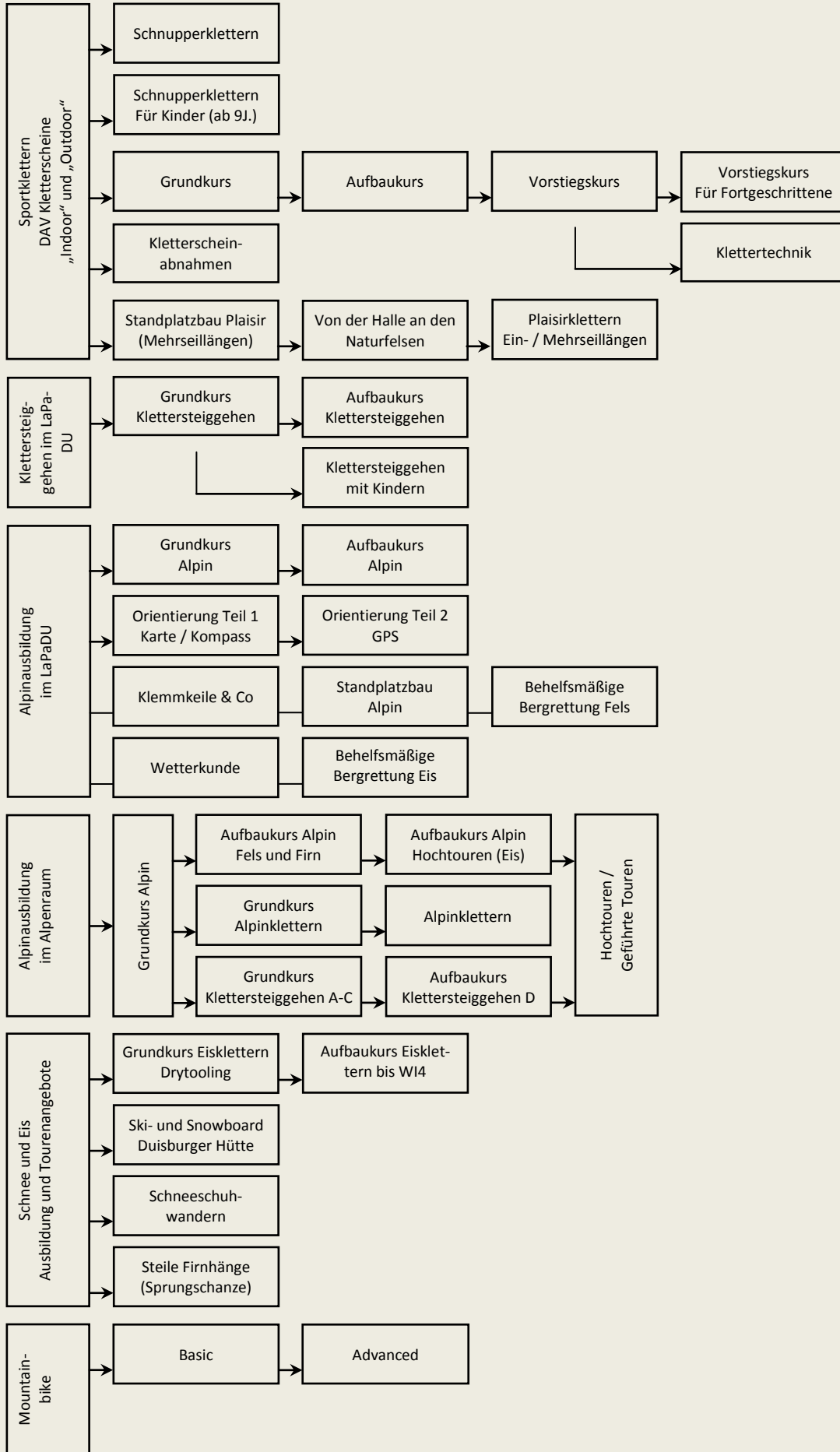


Ausbildungsprogramm 2019

Deutscher Alpenverein Sektion Duisburg



Ausbildungskonzept



Bedingungen für die Anmeldung und Teilnahme an dem Touren- und Ausbildungsprogramm der Sektion Duisburg

1. Teilnahmebedingungen

Aus Haftungsgründen werden zur Teilnahme an alpinen Veranstaltungen nur Mitglieder des Deutschen Alpenvereins mit einem Mindestalter von 18 Jahren zugelassen.

Sofern nicht anders angegeben, gilt für die Teilnahme an den Kursen im Landschaftspark und in Kletterhallen ein Mindestalter von 14 Jahren.

2. Anmeldung

Anmeldungen werden ausschließlich von der Geschäftsstelle der Sektion Duisburg entgegengenommen. In der Reihenfolge dieser Meldungen erfolgt eine Platzreservierung bis die maximale Teilnehmerzahl erreicht ist. Weitere Anmeldungen werden in gleicher Art und Weise auf eine Warteliste gesetzt. Parallel erhalten die Teilnehmer das Anmeldeformular mit der Aufforderung, den vollen Teilnahmebetrag zu überweisen. Ist eine Woche nach gesetzter Zahlungsfrist noch kein Zahlungseingang erfolgt, fällt der Platz an eine Person der Warteliste.

3. Kursgebühr, Bezahlung

Die Teilnehmer der Kurse erstatten mit der Kursgebühr die entstehenden Kosten der Kursleiter (wie Unterkunft, Verpflegung, usw.). Aus diesem Grund können bei einer Nichtteilnahme keine Gebühren erstattet werden, es sei denn, eine entsprechende Ersatzperson übernimmt den frei gewordenen Platz. Hinzu kommen die persönlichen Ausgaben für Anreise, Übernachtung, Reservierungsgebühren für Hotel/Hütte, Verpflegung, Lift usw. Vorauszahlungen und/oder Endabrechnungen der persönlichen Ausgaben werden weder von der Sektion Duisburg noch von den jeweiligen Trainern organisiert oder übernommen. Dies erfolgt durch die Teilnehmer selbst.

Die Preise vieler Kurse sind so kalkuliert, dass der/die Trainer(in) in dem Fahrzeug eines Teilnehmers kostenlos mitgenommen wird/werden. Sollte dies organisatorisch, technisch nicht machbar oder für die Trainer unzumutbar sein, so müssen wir leider eine zusätzliche Kilometerpauschale von 0,20 € pro gefahrenen Kilometer berechnen und auf die Teilnehmer umlegen.

4. Absage durch die Sektion

Bergsport und insbesondere das Wetter lassen sich nicht ein Jahr im Voraus planen. Von daher behalten wir uns vor, Touren und Ausbildungskurse bei schlechten Wetterbedingungen in ein anderes Gebiet zu verlegen, nach Absprache auf einen anderen Termin zu verschieben oder abzusagen. Gleiches gilt bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl. Im Falle einer Absage wird die Kursgebühr erstattet, jedoch besteht kein Anspruch auf Erstattung schon geleisteter persönlicher Vorauszahlungen.

5. Abbruch, Ausschluss während der Veranstaltung

Es besteht kein Anspruch auf Erstattung der Kursgebühren oder Vorauszahlungen bei Abbruch aus sicherheitsrelevanten oder anderen triftigen Gründen, bei verspäteter Anreise oder vorzeitiger Abreise, Erkrankung oder Verletzung während der Veranstaltung oder Ausschluss durch den Kurs-/Tourenleiter.

6. Vortreffen, Gesundheitscheck, Leistungstest, Ausschluss

Ist bei der betreffenden Tour ein Vortreffen oder eine Testveranstaltung angesetzt, so ist die Teilnahme verpflichtend. Der Kursleiter hat das Recht Teilnehmer auszuschließen, wenn zu erwarten ist, dass der Ablauf der Veranstaltung beeinträchtigt wird, (z.B. wegen mangelndem Können, nicht sozialverträglichem Verhalten, untypische Sonderwünsche, gesundheitliche Probleme, Unfähigkeit sich in eine Gruppe zu integrieren, Höhenangst u. ä.).

Gleiches gilt, wenn sich oben genannte Defizite während der Tour herausstellten, die Gruppe behindert oder gefährdet wird oder den Anweisungen des Trainers nicht befolgt werden - in diesem Fall erfolgt jedoch keinerlei Rückerstattung.

7. Ausrüstung

Wir stellen zu jedem Kurs eine Ausrüstungsliste zur Verfügung, die Mitnahme der vorgeschriebenen Ausrüstung ist zwingend erforderlich. Fehlende oder mangelhafte Ausrüstung kann die gesamte Veranstaltung gefährden und kann zu einem Ausschluss von der Veranstaltung oder Teilen der Tour/des Kurses führen und es erfolgt keinerlei Rückerstattung.

8. Risiko

Die Sicherheit bei unseren Kursen und Touren hat höchste Priorität, jedoch besteht bei allen Veranstaltungen im Gebirge ein alpines Restrisiko, das von den Teilnehmern im Vorfeld selbst abzuschätzen und zu verantworten ist. Es wird den Teilnehmern empfohlen, sich intensiv mit den Voraussetzungen und Kursinhalten auseinanderzusetzen.

9. Bildrechte

Die Teilnehmer erklären sich mit der Verwertung von erstellten Bildern im Zusammenhang mit dem Touren- und Ausbildungsprogramm der Sektion Duisburg für Vereinszwecke einverstanden.

Vorab ein leider immer wiederkehrendes Problem!

Zu den Ausbildungskursen melden sich trotz der entsprechenden Hinweise und Erläuterungen, sowohl in der Ausbildungsstruktur, als auch bei den Kursausschreibungen immer wieder Teilnehmer/innen an, die den gestellten Anforderungen nicht gerecht werden. Bei den Vorbesprechungen lässt sich oftmals nicht genau feststellen, über welchen Kenntnis- und Erfahrungsstand die einzelnen Teilnehmer/innen verfügen und ob die konditionellen Voraussetzungen erfüllt werden. Erst während des Kurses wird den Ausbilder/innen ersichtlich, welche Teilnehmer/innen den Anforderungen gerecht werden und welche nicht. Der/die Ausbilder/in steht dann vor der Entscheidung, entweder das Kursniveau zu senken, damit alle Teilnehmer/innen weiter mitmachen können oder die Teilnehmer/innen, die nicht den Anforderungen entsprechen, auszuschließen. Ersteres ist weder im Sinne des Ausbildungsreferates noch fair gegenüber den anderen Teilnehmern/innen, die den Anforderungen gerecht werden. Letzteres stellt die Ausbilder/innen vor eine schwierige Entscheidung und beschert, neben der verantwortungsvollen und anstrengenden Aufgabe der Ausbildung, noch zusätzlichen Ärger. Zudem ist eine solche Situation für die betroffenen Teilnehmer/innen unangenehm und peinlich. Das Ausbildungsreferat empfiehlt seinen Ausbilder/innen, schon alleine aus Gründen der Sicherheit den Ausschluss der Teilnehmer/innen, die nicht die erforderlichen Voraussetzungen mitbringen (gegebenenfalls auch während der Veranstaltung).

Daher unsere Bitte: Helft Euch und den Ausbildern/innen und Tourenleitern/innen, indem Ihr Euch die Voraussetzungen zu dem von Euch gewählten Kurs genau durchlest. Hierbei sind sowohl die konditionellen, als auch die technischen Voraussetzungen wichtig. Sollten Euch Zweifel kommen, ob Ihr den Anforderungen entspricht, dann spricht bitte die jeweiligen Kursleiter-/innen an. Sie werden Euch gerne helfen! Nutzt diese Angebote zu Eurer eigenen Unterstützung.

Ausbildungsprogramm Winter / Sommer 2019

Terminübersicht 2019

Termin:	Kursbezeichnung:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
02. – 09.02.	Ski- und Snowboard Duisburger Hütte	100 €	S 19/01
09. – 10.02.	Grundkurs Alpin im Landschaftspark	70 € / 85 € / 100 €	A 19/01
24.02.	Begehen von steilen Firnhängen (Mühlkopfschanze)	40 € / 60 € / 80 €	A 19/02
23. – 24.03.	Aufbaukurs Alpin im Landschaftspark	70 € / 85 € / 100 €	A 19/03
20. – 27.04.	Ski- und Snowboard-Familienfreizeit Duisburger Hütte	100 €	S 19/02
10. – 12.05.	Sportklettern Plaisir, Maastal	75 €	A 19/04
08. – 12.06.	Grundkurs Alpinklettern, Oberes Donautal	190 €	A 19/13
08. – 15.06.	Plaisirklettern, Haute Val Durance	240 €	A 19/05
15. – 22.06.	Grundkurs Fels und Firn auf der Blaeishütte	180 €	A 19/06
15. – 22.06.	Plaisirklettern, Ailefroide	250 €	A 19/07
29.06. – 06.07.	Geführte Klettersteigwoche Dolomiten	200 €	T 19/01
30.06. – 06.07.	Klettersteigwoche, Allgäu	120 €	T 19/02
06. – 13.07.	Grundkurs Alpinklettern in den Lienzer Dolomiten	200 €	A 19/08
06. – 13.07.	Plaisirklettern, Ötztal	160 €	A 19/09
21. – 27.07.	Klettersteigwoche, Dolomiten	130 €	T 19/03
nach Absprache	Führungstour Watzmann	160 €	T 19/04
17. – 24.08.	Geführte Wanderung durch die Zillertaler Alpen	100 €	T 19/05
24. – 31.08.	Aufbaukurs Fels und Firn im Stubaital	180 €	A 19/10
31.08. – 07.09.	Grundkurs Alpinklettern auf der Blaeishütte	240 €	A 19/11
01. – 07.09.	Geführte Wanderung im Lechquellgebirge	100 €	T 19/06
14. – 21.09.	Plaisirklettern, Orpierre	240 €	A 19/12
28.09. – 05.10.	Führungstour Ortler	140 €	T 19/07

A1 Sportklettern DAV-Kletterschein "Indoor-Klettern"

A1/01 Schnupperklettern

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

Kursinhalt: Einführung in die Knotenkunde, Sicherungstechnik, Klettern und Sichern im Toprope, Klettersteiggehen.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	5 Std.	Sektionsmitglied: 50,- €	DAV-Mitglied: 50,- €	Nichtmitglied: 50,- €

A1/02 Schnupperklettern, monatlich wechselndes Motto, z.B.: 35+ / 50+ / für Frauen / usw.

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

Kursinhalt: Einführung in die Knotenkunde, Sicherungstechnik, Klettern und Sichern im Toprope, Klettersteiggehen.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	5 Std.	Sektionsmitglied: 50,- €	DAV-Mitglied: 50,- €	Nichtmitglied: 50,- €

Sonderkurs: Gerne bieten wir euch das Schnupperklettern auch als reine Kletterveranstaltung (Gruppen) an, dann ohne Theorie und Klettersteiggehen.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 30,- €

A1/03 Schnupperklettern für Familien

Voraussetzungen: Mindestalter der Kinder 9J., festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

Kursinhalt: Einführung in die Knotenkunde, Sicherungstechnik, Klettern und Sichern im Toprope.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 30,- €

A1/04 Grundkurs Sportklettern (im LaPaDU oder Kletterhalle)

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

Kursinhalt: Für uns Trainer ist das einer der wichtigsten Kurse, hier legen wir den Grundstein für die Herausforderung "Klettern". Die solide Ausbildung des Menschen steht bei uns im Vordergrund. Insbesondere bei der Sicherungstechnik liegt der Fokus auf dem eigenverantwortlichen und fehlerfreien Sichern. Es werden Erfahrungen mit mehreren Sicherungsgeräten geboten.

Material- und Knotenkunde Teil 1, intensives Training der Sicherungstechnik, Klettern und Sichern im Toprope, Fallübungen.

Bei Eignung mit Abschluss DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Toprope".

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU oder Halle	9 Std.	Sektionsmitglied: 60,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 75,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 90,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/04+ Kletterkurs für Einsteiger und Fortgeschrittene 50+ (im LaPaDU oder Kletterhalle)

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

Info: Auch für Ältere ist Klettern eine gesunde Sportart. Klettern erhält die Beweglichkeit, stärkt die Muskulatur und das Selbstbewusstsein. Fast jeder kann diesen Sport nahezu unabhängig vom Alter erlernen und ausüben.

Kursinhalt: Der Kurs bietet die Möglichkeit, unter Anleitung wöchentlich zu klettern. Es erfolgt eine Einweisung in Sicherungstechniken, in Material- und Knotenkunde sowie in grundlegende Klettertechniken. Zum Abschluss des Kurses besteht die Möglichkeit – bei Erfüllen der Voraussetzungen – den DAV-Kletterschein "Indoor-Klettern Top-rope" zu erwerben.

Ausrüstung: Klettergurt, Kletterschuhe, Sicherungsgerät
Klettergurt und Sicherungsgerät werden von der Sektion gestellt, Kletterschuhe können in der Halle ausgeliehen werden und für die ersten Termine reichen auch Sportschuhe.

Teilnehmerzahl: 3 – 6 Personen

Termine: 8 Termine, immer mittwochs von 18:00 bis 20:30 Uhr – ab dem 6. Februar 2019
Der Kurs findet wöchentlich statt.
In den Wintermonaten im Neoliet Mülheim und ab dem späten Frühjahr im Landschaftspark Duisburg-Nord.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU oder Halle	8 x 2,5 Std.	Sektionsmitglied: 100,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 100,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 100,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/05 Aufbaukurs Sportklettern, Vorbereitung auf den Vorstieg (im LaPaDU oder Kletterhalle)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Toprope" oder entsprechende Kenntnisse.

Kursinhalt: Vor der Buchung eines Vorstiegskurses sollte man sich selbstkritisch folgende Fragen stellen: "Beherrsche ich mein Sicherungsgerät? Kann ich beim Klettern eine Hand lösen ohne dass meine Stabilität in der Wand leidet? Kann ich zwei Routen ohne Pause hintereinander klettern?".
Nachdenklich geworden? Dann empfehlen wir diesen Kurs. Wir können zwar keine extreme Ausdauerkraft zaubern, aber unser Anspruch ist es, Teilnehmer auf den Vorstieg vorzubereiten.
Klettertraining für den Vorstieg, intensives Training der Sicherungstechnik, Einstieg in die Klettertechnik.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU oder Halle	9 Std.	Sektionsmitglied: 60,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 75,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 90,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/06 Vorstiegskurs Sportklettern (im LaPaDU oder Kletterhalle)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Toprope" und Beherrschen der Inhalte Aufbaukurs Sportklettern, Kletterkönnen min. IV. Grad im Toprope.

Kursinhalt: Die Königsdisziplin: Klettern am "scharfen" Seilende. Für unseren Klettergarten im Landschaftspark unerlässlich.
Vorstiegstechnik und -taktik, Sicherungstechnik, Knotenkunde Teil 2, Fallübungen, Routenabbau, Umbau am Abseilring. Bei Eignung mit Abschluss DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg". Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Vorstieg.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU oder Halle	9 Std.	Sektionsmitglied: 60,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 75,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 90,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/07 Vorstiegskurs Sportklettern für Fortgeschrittene (im LaPaDU oder Kletterhalle)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg", Kletterkönnen min. IV. Grad im Vorstieg.

Kursinhalt: Schon eigene Vorstiegserfahrungen gemacht? Aber noch nicht das "richtige" Sicherungsgerät gefunden? Vielleicht auch schon den einen oder anderen Sturz hingelegt? Glück gehabt? Dann kommen wir ins Spiel! Wer sich zukünftig nicht auf sein Glück verlassen und mehr Sicherheit beim Vorstieg möchte, ist hier richtig. Erweiterte Sicherungstechnik mit Halbautomaten und Autotubes, Fallübungen und intensives Sicherungstraining (Gerätedynamisches und körperdynamisches Sichern).
Bei Eignung mit Abschluss DAV Jahresmarke "Update Vorstieg".
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Vorstieg.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU oder Halle	6 Std.	Sektionsmitglied: 50,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 65,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 80,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/08 Sicherungstraining Hallenklettern

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Toprope" oder entsprechende Kenntnisse

Kursinhalt: Intensives Training der in vorangegangenen Kursen gelernten Sicherungsmethoden, Update Sicherungstechnik nach der aktuellen Lehrmeinung.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Kletterhallen in der Umgebung	3 Std.	Sektionsmitglied: 15,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 20,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 30,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Zuzüglich Halleneintritt

A1/09 Saisonstart Update Toprope oder Vorstieg

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Toprope oder Vorstieg", je nach Kurs oder entsprechende Kenntnisse

Kursinhalt: Wer im letzten Jahr einen Grundkurs oder Vorstiegskurs besucht hat, aber das Üben im Winter verschlafen hat, für diejenigen bieten wir einmalig einen Auffrischkurs an.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 15,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 20,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 30,- € ⁽¹⁾

A1/10 Kletterscheinabnahme

Voraussetzungen: Entsprechende Anforderungen des DAV Kletterscheins "Indoor-Klettern"

Kursinhalt: Update Sicherungstechnik, Prüfung DAV-Kletterscheine
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Vorstieg.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 10,- €	DAV-Mitglied: 15,- €	Nichtmitglied: 20,- €

A1/11 Klettertechnik Trainingslehre

Kursinhalt: Grundlagen und Einführung in die Trainingslehre. Wie gestalte ich mein Training richtig?

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 15,- €	DAV-Mitglied: 20,- €	Nichtmitglied: 30,- €

A1/12 Klettertechnik (im LaPaDU oder Boulder-/Kletterhalle)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern" oder entsprechende Kenntnisse, Kletterkönnen min. V. Grad.

Kursinhalt: Steigerung des persönlichen Kletterkönnens durch Erlernen spezieller Klettertechniken.
 Ökonomische Grundsätze des Kletterns (stabile Position, gestreckter Arm, usw.).
 Grundlagen der Klettertechnik (Steigen, Greifen, Körper positionieren, usw.). Spezielle Techniken (Schulterzug, Kreuzzug, Kamin- / Verschneidungsklettern, Piazen, usw.)

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU oder Halle	9 Std.	Sektionsmitglied: 60,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 75,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 90,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A2 Sportklettern DAV-Kletterschein "Outdoor-Klettern"

A2/01 Ökologie Mittelgebirge

Voraussetzungen:

Kursinhalt: Alles Wissenswerte über Klettern und Naturschutz im Mittelgebirge.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 10,- €	DAV-Mitglied: 10,- €	Nichtmitglied: 15,- €

A2/02 Standplatzbau Plaisir (Mehrseillängentechnik)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern" oder entsprechende Kenntnisse. Siehe auch Kurs A4/05 Knotenkunde.

Kursinhalt: Schwerpunkt Bohrhakenversicherte Stände. Knotenkunde, Reihenschaltung, Zentralpunktsicherung, Eigensicherung, 2er / 3er Seilschaft, Führungstour, Wechselführung, Sicherungsmethoden HMS und Sicherungsplatte, Seilkommandos.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Standplatzbau

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	5 Std.	Sektionsmitglied: 50,- €	DAV-Mitglied: 65,- €	Nichtmitglied: 80,- €

A2/03 Von der Halle an den Naturfelsen

(1 Tages Kurs) / (2 Tages Kurs mit Übernachtung)

Voraussetzung: Mitgliedschaft im DAV, DAV Kletterschein "Indoor-Klettern" oder entsprechende Kenntnisse, Kletterkönnen min. V. Grad im Vorstieg, der Kurs A2/02 Standplatzbau Plaisir wird empfohlen.

Ort / Unterkunft: Klettergärten Bochumer Bruch, Nordeifel, Sauerland oder Belgien
2 Tages Kurs mit Übernachtung (Campingplatz, Hütte, o.ä.).

Kursinhalt: Inhalte laut Kletterschein "Outdoor-Klettern": Umweltverträgliches Klettern, Sicherungs- und Abseiltechniken (Tube, HMS und Sicherungsplatte), Fixpunktsicherung und Einstieg in die Mehrseillängentechnik. Bei Eignung mit Abschluss DAV Kletterschein "Outdoor-Klettern" (nur bei 2-tägigen Kursen).
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor

Treffpunkt:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	Sektionsmitglied: 40€ ^(*) / 80€ ^{(*)(**)} ,	DAV-Mitglied: 60€ ^(*) / 100€ ^{(*)(**)}	Nichtmitglied:

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“.

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A2/04 Sportklettern Plaisir

Von der Halle an den Naturfelsen. Vorstiegskurs inkl. Standplatzbau an Plaisirrouten.

- Voraussetzung:** Mitgliedschaft im DAV, Kletterkönnen im V. Grad, DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg" oder entsprechende Kenntnisse.
- Kursinhalt:** Vermittelt werden die Grundkenntnisse für weitergehende alpine Kletterkurse. Geeignet für Hallenkletterer und Kletterer mit geringer Outdoor-Erfahrung. Erlernen des selbstständigen und eigenverantwortlichen Kletterns und Sichern am Naturfels. Kennenlernen der Besonderheiten beim Klettern und Sichern am Naturfels im Mittelgebirge, in Ein- und MSL-Routen. Klettern mit Einfach- und Doppelseil, in Zweier und Dreierseilschaft, auch mit Wechselführung, Standplätze entsprechend einrichten, Rückzugsmethoden, Ablassen und Abseilen, Routenabbau. Die Routen sind gut abgesichert und die Standplätze eingerichtet. Natur- und Umweltschutz sind auch Kurs- und Prüfungsthemen. Bei Eignung mit Abnahme DAV-Kletterschein "Outdoor-Klettern".
- Kursleitung:** Rudi Rohn (Trainer B Alpinklettern)
Kontakt Daten: 02162-58630 / rudirohn47@gmail.com
- Ort / Unterkunft:** B – 5330 Maillen, Chaveehut
- Anmerkungen:** Die Teilnahme am 4-stündigen Vorstiegstraining im Landschaftspark Duisburg-Nord am 28. April 2019 um 13:00 Uhr ist verpflichtend.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor Wochenende, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
10.05. – 12.05.2019	Klettergärten bei Namur (Belgien)	R. Rohn	24.03.2019	75,-€ ^(*) , ^(**)	A19.04

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A2/04 Sportklettern Plaisir

Sportklettern in den französischen Alpen im Haute Val Durance (Departement Hautes Alpes)

Voraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Kletterkönnen im V. Grad UIAA (5b franz.), solide Kenntnisse einer Anseil- und Sicherungstechnik (z. B. DAV Vorstiegsschein), Kondition für bis zu 30-minütige Zustiege und die Bereitschaft 6 – 9 Std. (inkl. Pausen und Zu-/Abstieg) am Fels zu verbringen.

Kursinhalt: Verbesserung der Klettertechnik im Toprope und/oder Vorstieg, Standplatzbau, Abseilen, Orientierung zur, vor und in der Wand. Schwerpunkt dieses Kurses, ist das Klettern in Einseillängenrouten in den verschiedenen Gebieten im nahen Umkreis (5 – 20 km) der Unterkunft mit unterschiedlichsten Gesteinsarten (Kalk, Granit, Quarzit, Konglomerat). Bei Eignung und Wunsch der Teilnehmer ist zum Ende des Kurses eine geführte Mehrseillängentour (ca. 200 – 300 m) vorgesehen.

Klettergebiete: Das obere Durance-Tal bietet mit seiner Vielzahl von Klettergebieten (> 70 Gebiete mit mehreren tausend Touren) und verschiedensten Gesteinsarten auf dichtestem Raum ideale Kletterbedingungen. Die Klettergebiete sind in der Regel mit soliden Bohrhaken ausgestattet. Es gibt eine Vielzahl von Touren im unteren V. bis VII. Schwierigkeitsgrad UIAA (5a bis 6b franz.) und darüber hinaus.

Beispielhafte Gebiete und Anzahl Seillängen/Routen nach Schwierigkeit:

Gebiet/Sektor	Zustieg Dauer	Länge Routen	Gestein	bis IV+	V- bis VI	VI+ bis VII	abVII+
				bis 4c	5a bis 5c+	6a bis 6b	ab 6b+
Casse de Prelles	25 min.	25 m	Quarzit	5	25	40	18
Les Traverses et la Vignette	10 min.	20-30 m	Kalk	8	23	18	62
Freissiniers	25 min.	25-200 m	Kalk	5	38	119	125
Ailefroide - Draye	10 min.	20-40 m	Granit	13	30	32	18

Beispielhafte Mehrseillängentouren in Ailefroide zum Ende der Woche:

Name der Tour	Zustieg	Länge	Gestein	Anzahl SL	Schwierigkeiten Niveau ; max. ; oblig.	Gesamtdauer incl. Zu-/Abstieg
La bonne Poire	30 min.	200 m	Granit	6	5c/6a ; 6a ; 5b/c	5,0 h
À Tire d'Ailefroide	20 min.	230 m	Granit	8	5c ; 5c+ ; 5b+	6,0 h
Part des Anges	35 min.	300 m	Granit	9	6a ; 6b ; 5c/6a	7,0 h

Niveau: notwendiges Kletterniveau um die Tour im Vorstieg sicher zu klettern (Schlüsselst. Ao)

Max: max. Schwierigkeit an der/den Schlüsselstelle/n

oblig.: Schwierigkeiten zwischen den Haken, wenn diese zur Fortbewegung genutzt werden

Ao: Nutzung der Haken zur Fortbewegung

Kursleitung: Roland Brömme (Trainer B Plaisirklettern)
Kontakt Daten: 0177-4484091 / roland.broemme@imail.de
Rudi Rohn (Trainer B Alpinklettern)

Ort / Unterkunft: Centre National de Montagne des FFCAM (CAF) in Pelvoux
HP ca. 38 € / Tag (Stand 2018)

Anmerkungen: Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark ist verpflichtend. Normale alpine Ausrüstung (NAA), benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor Woche, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
08.06. – 15.06.2019	Haute Val Durance Frankreich (Haute Alpes)	R. Brömme R. Rohn	31.03.2019	240,- € (**)	A19.05

(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A2/04 Sportklettern Plaisir

Alpines Sportklettern in den französischen Alpen in Ailefroide (Departement Hautes Alpes)

Voraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Kletterkönnen im oberen V. Grad UIAA (5b/c franz.), solide Kenntnisse einer Anseil-, Sicherungs- und Abseiltechnik (z. B. DAV Vorstiegsschein) und Standplatzbau (in Plaisirrouten). Kondition für bis zu ca. 30 minütige Zustiege und die Bereitschaft 6 – 9 Std. (inkl. Pausen und Zu-/Abstieg) im Fels zu verbringen.

Kursinhalt: Übertragung gelernter Klettertechniken an künstlichen Kletteranlagen und im Mittelgebirge auf alpines Gelände. Klettern in Mehrseillängen(MSL)-Routen mit Doppelseil (Halbseilen). Taktik in MSL-Routen, Möglichkeiten des Standplatzbaus und spezielle Klettertechniken im Granit, insbesondere Reibungsklettern.

Nach 1 - 2 Tagen zum Einklettern und Gewöhnung an den Fels in Touren mit 1 – 3 SL, werden in den Folgetagen 200 – 450 m lange Touren (6 - 14 SL) durchgeführt. Der Abstieg erfolgt über Wanderwege, alpine Steige oder über Abseilpisten mit 4 – 8 Abseilständen. Die Länge, Art, Anzahl und Schwierigkeit der durchgeführten Touren orientiert sich am Wetter und den Fähigkeiten der Teilnehmer. Die langen Routen werden ausschließlich als Führungstour durchgeführt:

Klettergebiet: Die Routen, Standplätze und Abseilpisten sind mit soliden Bohrhaken versehen. Je nach Leistungsstand und Wunsch der Teilnehmer können alle MSL-Touren als reine Führungstour durchgeführt werden. Das Gebiet bietet eine Vielzahl von MSL-Touren im oberen 5ten bis oberen 6ten Schwierigkeitsgrad (UIAA).

Sollten die Wetterbedingungen MSL-Touren nicht zulassen, bietet das nahe und tiefer gelegene Durance-Tal mit seinen vielfältigen Klettermöglichkeiten vielfältige Alternativen. Anhaltende Schlechtwetterperioden sind zwischen Juni und September in dieser Region aber die Ausnahme.

Zudem besteht die Möglichkeit etwaige Regentage für Sicherungsübungen, Standplatzbau oder Technikeinheiten in einer Kletterhalle neben der Unterkunft zu nutzen.

Beispielhafte Mehrseillängentouren in Ailefroide

Name der Tour	Zustieg	Länge	Gestein	Anzahl SL	Schwierigkeiten Niveau ; max. ; oblig.	Gesamtdauer inkl. Zu-/Abstieg
La bonne Poire	30 min.	200 m	Granit	6	5c/6a ; 6a ; 5b/c	5,0 h
À Tire d'Ailefroide	20 min.	230 m	Granit	8	5c ; 5c+ ; 5b/c	6,0 h
Orage d'Étoiles	25 min.	350 m	Granit	11	5c ; 5c+ ; 5b/c	7,0 h
La Rivière Kwai	25 min.	450 m	Granit	14	5c ; 5c+ ; 5b/c	8,5 h

Niveau: notwendiges Kletterniveau um die Tour im Vorstieg sicher zu klettern (Schlüsselst. Ao)

Max: max. Schwierigkeit an der/den Schlüsselstelle/n

oblig.: Schwierigkeiten zwischen den Haken, wenn diese zur Fortbewegung genutzt werden

Ao: Nutzung der Haken zur Fortbewegung

Kursleitung: Roland Brömme (Trainer B Plaisirklettern)
 Kontaktdaten: 0177-4484091 / roland.broemme@imail.de
 Walter Weiß (Trainer C Bergsteigen)

Ort / Unterkunft: Centre National de Montagne des FFCAM (CAF) in Pelvoux
 HP ca. 39 € / Tag (Stand 2018)

Anmerkungen: Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark ist verpflichtend. Normale alpine Ausrüstung (NAA), Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor Woche

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
15.06 – 22.06.2019	Ailefroide Frankreich	R. Brömme W. Weiß	31.03.2019	250,-€ ^(**)	A19.07

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A2/04 Sportklettern Plaisir

Sportklettern in Längenfeld im Ötztal

- Voraussetzung:** Mitgliedschaft im DAV, Kletterkönnen im V. Grad, DAV Kletterschein „Outdoor-Klettern“ oder entsprechende Kenntnisse.
- Kursinhalt:** Verbesserung des persönlichen Kletterkönnen und der Klettertechnik im Toprope und/oder Vorstieg, Standplatzbau, Abseilen. Es werden Einseillängenrouten und auch Mehrseillängenrouten – auf Wunsch und bei entsprechenden Kenntnissen und Fähigkeiten - in verschiedenen Gebieten geklettert. Längenfeld und das gesamte Ötztal ist eines der Granitklettergebiete in Tirol. Es stehen knapp 700 Kletterrouten zur Auswahl. Die gut zu erreichenden Klettergärten laden zu traumhaften Klettertagen ein. Die Klettergebiete sind sehr solide und großzügig mit Bohrhaken ausgestattet. Es gibt eine Vielzahl an Touren im unteren 5 bis oberen 6 Schwierigkeitsgrad (UIAA). Für den der möchte stehen natürlich auch schwerere Touren zur Verfügung um das persönliche Kletterkönnen noch weiter zu steigern und die persönlichen Grenzen zu erweitern (im Toprope oder auch Vorstieg). Falls es regnen sollte besteht die Möglichkeit in der Kletterhalle in Imst zu klettern oder auch Sicherungsübungen, Standplatzbau und Technikeinheiten durchzuführen.
- Kursleitung:** Maik Hesse (Trainer C Sportklettern, ZQ Trad.-Climbing)
Kontakt Daten: 0151-25352006 / maik.hesse@dav-duisburg.de
- Ort / Unterkunft:** Campingplatz in Längenfeld, entweder im Zelt oder Alpenchalets (optional kann auch ein Hotel mit Halbpension gebucht werden).
- Anmerkungen:** Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark ist verpflichtend.
Normale alpine Ausrüstung (NAA), benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor Woche, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
06.07. – 13.07.2019	Längenfeld im Ötztal Österreich	M. Hesse	31.03.2019	160,-€ ^(*) , ^(**)	A19.09

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A2/04 Sportklettern in Orpierre (Departement Hautes Alpes)

Klettergarten in Südfrankreich - Von der Halle an den Naturfelsen

Voraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Kletterkönnen im V. Grad UIAA (5b franz.), solide Kenntnisse einer Anseil- und Sicherungstechnik (z.B. DAV Vorstiegsschein), Kondition für bis zu 40 minütige Zustiege und die Bereitschaft 6 – 9 Std. (inkl. Pausen und Zu-/Abstieg) am Fels zu verbringen.

Kursinhalt: Verbesserung der Klettertechnik im Toprope und/oder Vorstieg, Standplatzbau, Klettern in Ein- und Mehrseillängenrouten. Schwerpunkt dieses Kurses, ist das Klettern in Einseillängenrouten. Das Gebiet bietet aber auch diverse Mehrseillängentouren. Bei Eignung und Wunsch der Teilnehmer ist zum Ende des Kurses eine geführte Mehrseillängentour (ca. 150-170m Gesamtlänge) vorgesehen.

Klettergebiete: Die Klettertouren sind mit soliden Bohrhaken ausgestattet. Es gibt eine Vielzahl von gut gesicherten Touren im unteren 5 bis oberen 6 Schwierigkeitsgrad (UIAA) und darüber hinaus, um die Kletterfähigkeiten im Vorstieg oder Toprope anzuwenden und angeleitet zu optimieren. Die Sektoren sind fußläufig aus dem Ort erreichbar.

Beispielhafte Gebiete und Anzahl Seillängen/Routen nach Schwierigkeit

Gebiet/Sektor	Zustieg Dauer	Länge Routen	Gestein	bis IV+	V- bis VI	VI+ bis VII	abVII+
				bis 4c	5a bis 5c+	6a bis 6b	ab 6b+
Chateau	10 min.	20-35 m	Kalk	13	42	25	47
Belleric	15 min.	20-40 m	Kalk	9	22	20	7
4heures	30 min.	20-30 m	Kalk	40	23	14	2
Les Blaches	40 min.	20-40 m	Kalk	11	45	29	24

Beispielhafte Mehrseillängentouren in Orpierre zum Ende der Woche

Name der Tour(Sektor)	Zustieg	Länge	Gestein	Anzahl SL	Schwierigkeiten Niveau ; max. ; oblig.	Gesamtdauer inkl. Zu-/Abstieg
La Grotte (Quiquillon)	30 min.	150 m	Kalk	6	5c ; 5c ; 5b/c	4,0 h
Brazil (Quiquillon)	30 min.	170 m	Kalk	8	5c ; 5c+ ; 5b	5,0 h
Merci Mr. Marie (Adrech)	40 min.	150 m	Kalk	5	5c+ ; 6a ; 5c	4,0 h

Niveau: notwendiges Kletterniveau um die Tour im Vorstieg sicher zu klettern (Schlüsselst. Ao)

Max: max. Schwierigkeit an der/den Schlüsselstelle/n

oblig.: Schwierigkeiten zwischen den Haken, wenn diese zur Fortbewegung genutzt werden

Ao: Nutzung der Haken zur Fortbewegung

Kursleitung: Roland Brömme (Trainer B Plaisirklettern)
 Kontaktdaten: 0177-4484091 / roland.broemme@imail.de
 Rudi Rohn (Trainer B Alpinklettern)
 Lennart Brömme (Trainer C Sportklettern)

Ort / Unterkunft: Appartement oder Mobile Home's (Zeltplatz Prince d'Orange) in Orpierre

Anmerkungen: Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark ist verpflichtend. Normale alpine Ausrüstung (NAA), benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor Woche, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
14.09. – 21.09.2019	Orpierre Frankreich (Dep. Haute Alpes)	R. Brömme R. Rohn L. Brömme	30.06.2019	240,-€ ^(**)	A19.12

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A3 Klettersteiggehen im LaPaDU (Landschaftspark Duisburg-Nord)

A3/01 Grundkurs Klettersteiggehen

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, Handschuhe.

Kursinhalt: Klettersteigausrüstung, Anseil- und Sicherungstechnik, Klettersteigtechniken.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 40,- €	Nichtmitglied: 60,- €

A3/02 Aufbaukurs Klettersteiggehen

Voraussetzungen: "Grundkurs Klettersteiggehen" oder entsprechende Kenntnisse.

Kursinhalt: Hilfstechniken und Taktiken für schwere Klettersteige.

Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Klettersteig

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 40,- €	Nichtmitglied: 60,- €

A3/03 Klettersteiggehen mit Kindern

Voraussetzungen: Für Kinder ab 8 Jahre, Teilnahme der Erwachsenen am "Grundkurs Klettersteiggehen". Am Samstag ist der Kurs nur für die Erwachsenen und am Sonntag mit den Kindern.

Kursinhalt: u.a. Sicherung in senkrechten und schrägen Passagen, Ausrüstung für Kinder, Zu- und Abstieg, Rast in horizontalen Abschnitten, Zeitmanagement.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	7 Std.	Sektionsmitglied: 70,- €	DAV-Mitglied: 85,- €	Nichtmitglied: 100,- €
	5 Std.			

A3/04 Expertenkurs Klettersteiggehen

Voraussetzungen: "Aufbaukurs Klettersteiggehen".

Kursinhalt: Hilfstechniken und Taktiken für schwere Klettersteige.

Begehung des kompletten Klettersteigs (spezial D) ohne E-Stellen.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 40,- €	Nichtmitglied: 60,- €

A4 Alpinausbildung im LaPaDU (Landschaftspark Duisburg-Nord)

A4/01 Grundkurs Alpin

Wochenendkurs inklusive Übernachtung in der vereinseigenen Hütte

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, sportliche Kleidung, gute Laune und den Willen sich in eine Gruppe zu integrieren.

Kursinhalt: Kennenlernen der Sicherungsmittel (Bergseile, Bandschlingen, Karabiner, Gurte, usw.). Ablassen und Abseilen über Steilstufen, Bauen von einfachen Fixpunkten. Vorstellen von technischer (Klettersteigset, Karabiner, Felshaken, Klemmkeile, Klemmgeräte, usw.) und nichttechnischer Ausrüstung (Rucksäcke, Bekleidung, usw.). Begehen von Klettersteigen (Drahtseilversicherte Anlagen) im Landschaftspark. Klettersteige erfahren eine immer höher werdende Beliebtheit, und der Klettergarten bietet mit seinen Klettersteigen bestes Trainingsgelände um diese Technik zu erlernen.

Kursleitung: Karl-Heinz Annen (Trainer C Bergsteigen)
 Kontaktdaten: 0173-7891788 / karl-heinz.annen@arcor.de
 Heinz-Dieter König (Trainer B Hochtouren)
 Lars Flehmig (Trainer B Alpinklettern)

Ort / Unterkunft: Landschaftspark Duisburg-Nord, Alpenvereinshütte

Anmerkungen: Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Grundkurs Alpin LaPaDu, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden. Selbstversorgerhütte, Speisen und Getränke bitte mitbringen. Hüttenschlafsack erforderlich.

Termin:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
09.02. – 10.02.2019	Alpenvereinshütte LaPaDU Beginn: Samstag, 09:00 Uhr Ende: Sonntag, 16:00 Uhr	K.H. Annen H.D. König L. Flehmig	06.02.2019	(***) 70,-/85,-/100,-€	A19.01

(***) Sektionsmitglied / DAV-Mitglied / Nichtmitglied

A4/02 Aufbaukurs Alpin

Wochenendkurs inklusive Übernachtung in der vereinseigenen Hütte

Voraussetzungen: "Grundkurs Alpin"

Kursinhalt: Umsetzen des Erlernten vom Grundkurs. Selbstständiges Ablassen und Abseilen. Kennenlernen von weiteren Sicherungstechniken. Grundkenntnisse Klettertechnik. Bedienen von HMS und Tube. Standplatzbau nach der aktuellen Lehrmeinung, Reihenschaltung, Ausgleichsverankerung und Standplatzkrake. Gletscherspaltenbergung mittels der Losen-Rolle. Im Landschaftspark? Ja, geht auch ohne Eis u. Schnee. Expressflaschenzug und Selbstrettung aus der Gletscherspalte. Am Abend werden auch noch Dias oder DVDs von unseren weiteren Kursen gezeigt.

Kursleitung: Karl-Heinz Annen (Trainer C Bergsteigen)
 Kontaktdaten: 0173-7891788 / karl-heinz.annen@arcor.de
 Heinz-Dieter König (Trainer B Hochtouren)
 Lars Flehmig (Trainer B Alpinklettern)

Ort / Unterkunft: Landschaftspark Duisburg-Nord, Alpenvereinshütte

Anmerkungen: Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Aufbaukurs Alpin LaPaDu, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden. Selbstversorgerhütte, Speisen und Getränke bitte mitbringen. Hüttenschlafsack erforderlich.

Termin:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
23.03. – 24.03.2019	Alpenvereinshütte LaPaDU Beginn: Samstag, 09:00 Uhr Ende: Sonntag, 16:00 Uhr	K.H. Annen H.D. König L. Flehmig	20.03.2019	(***) 70,-/85,-/100,-€	A19.03

(***) Sektionsmitglied / DAV-Mitglied / Nichtmitglied

A4/03 Ausrüstungskunde Wandern/Bergsteigen/Hochtouren

Kursinhalt: Was macht Sinn und was macht den Rucksack unnötig schwer?

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 10,- €	DAV-Mitglied: 10,- €	Nichtmitglied: 15,- €

A4/04 Tourenplanung Alpinklettern

Kursinhalt: Erfolgreiche analoge und digitale Tourenplanung, 3 x 3 Strategie. Wie finde ich den richtigen Einstieg? Wie orientiere ich mich in der Felswand? Wie lange brauche ich für die Klettertour mit Zu- und Abstieg? Welchen Topo wähle ich aus? Wie verhält es sich mit dem Wetter?

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 10,- €	DAV-Mitglied: 10,- €	Nichtmitglied: 15,- €

A4/05 Knotenkunde Standplatzbau / Bergrettung

Kursinhalt: Wer Interesse an den Kursen Standplatzbau oder Bergrettung hat, aber nicht wirklich fit in der Knotenkunde ist, sollte diesen Kurs vorab besuchen. Gelehrt und geübt werden u. a.: Schleifknoten, Halb- / Mastwurf, Prusik, Klemmknoten, usw.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 15,- €	DAV-Mitglied: 20,- €	Nichtmitglied: 30,- €

A4/06 Standplatzbau Alpin (Mehrseillängentechnik)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern" oder entsprechende Kenntnisse.

Kursinhalt: Schwerpunkt Alpinklettern. Knotenkunde, Ausgleichsverankerung, Standplatzkrake, Zentralpunktsicherung, Eigensicherung, 2er / 3er Seilschaft, Führungstour, Wechselführung, Sicherungsmethoden HMS und Sicherungsplatte, Seilkommandos. Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Standplatzbau.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	5 Std.	Sektionsmitglied: 50,- €	DAV-Mitglied: 65,- €	Nichtmitglied: 80,- €

A4/07 Orientierung Teil 1 Karte & Kompass

Kursinhalt: Der Umgang mit Karte und Kompass in Theorie und Praxis

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 15,- €	DAV-Mitglied: 20,- €	Nichtmitglied: 30,- €

A4/08 Orientierung Teil 2 GPS

Voraussetzungen: Orientierung Teil 1 Karte und Kompass

Kursinhalt: GPS als Ergänzung zu Karte und Kompass in Theorie und Praxis

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 15,- €	DAV-Mitglied: 20,- €	Nichtmitglied: 30,- €

A4/09 Wetterkunde und alpine Gefahren

Kursinhalt: Theoretische Grundlagen der Wetterkunde

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 10,- €	DAV-Mitglied: 10,- €	Nichtmitglied: 15,- €

A4/10 Behelfsmäßige Bergrettung Fels

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern" oder entsprechende Kenntnisse.
 Kursinhalt: U. a. verschiedene Aufstiegshilfen, Ablassmethoden, Flaschenzüge.
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Behelfsmäßige Bergrettung.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	6 Std.	Sektionsmitglied: 50,- €	DAV-Mitglied: 65,- €	Nichtmitglied: 80,- €

A4/11 Behelfsmäßige Bergrettung Eis

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern" oder entsprechende Kenntnisse.
 Kursinhalt: U.a. Mannschaftszug, Lose Rolle, Münchhausentechnik.
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Behelfsmäßige Bergrettung.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	6 Std.	Sektionsmitglied: 50,- €	DAV-Mitglied: 65,- €	Nichtmitglied: 80,- €

A4/12 Abseilen

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern" oder entsprechende Kenntnisse.
 Kursinhalt: Gerade Abseilen ist prädestiniert für Routinefehler durch Konzentrationsmängel und Geringschätzung der bestehenden Gefahren. Es ist wichtig, das Abseilen in stressfreien Situationen schrittweise zu üben und zu automatisieren:
 Selbstsicherung und Seilvorbereitung / Abseilgerät und Kurzprusik / richtiges Einfädeln des Seiles / Ablauf beim Abseilen / sofortiges Einhängen der Abseilgeräte bei der Partner
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Abseilen

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 40,- €	Nichtmitglied: 60,- €

A5 Alpinausbildung im Alpenraum

A5/02 Aufbaukurs Alpin Fels und Firn

Ausbildungswoche Grundlagen des Bergsteigens im Stubaital

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. "Grundkurs Alpin" oder entsprechende Kenntnisse, Fähigkeiten und Erfahrung. Trittsicherheit auf mittelschweren Bergwegen, Kondition für 6-stündige Gehzeiten im Hochgebirge.

Kursinhalt: Grundausbildung zur selbständigen Durchführung alpiner Bergtouren in Fels und Firn mit Gletscherbegehungen.
Alpines Klettern bis zum III. Grad, Klettersteiggehen (Schwierigkeit B/C), Tourenplanung, Gletscherseilschaft, Gehen mit Steigeisen, Gehen am Fixseil, behelfsmäßige Bergrettung, Orientierung, Wetterkunde.
Geübt wird in den hüttennahen Klettergärten sowie in verschiedenen Bergtouren. Mögliche Touren: Edelweiß-Klettersteig (D), Höllenrachen (C - E), Rinnenspitze (3.003 m), Vordere Sommerwand (2.677 m, III. UIAA-Grad), Innere Sommerwand (3.122 m).

Kursleitung: Walter Weiß (Trainer C Bergsteigen)
Kontakt Daten: 0175-6046505 / hirsch.weiss@t-online.de
Bastian Thomann (Kletterbetreuer)

Ort / Unterkunft: Franz-Senn-Hütte, Stubaital

Anmerkungen: Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark Duisburg-Nord ist verpflichtend. Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Alpinklettern, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
24.08 – 31.08.2019	Stubaital Franz-Senn Hütte	W. Weiß B. Thomann	31.05.2019	180,-€ ^(*) , ^(**)	A19.10

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A5/02 Grundkurs Alpin - Fels und Firn

Unsere traditionelle Ausbildungswoche auf der Blaueshütte

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. "Grundkurs Alpin" oder entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten, Kondition für 6stündige Gehzeiten.

Kursinhalt: Grundausbildung zur selbständigen Durchführung alpiner Bergtouren im Fels und Firn.
Auf- und Abstiege im Firn, Fixpunkte im Firn, Gletscherseilschaften bilden, Alpines Klettern bis zum III. Grad, Klettersteiggehen, behelfsmäßige Bergrettung, Orientierung im Gebirge, Wetterkunde, Ausrüstung, Pickeltechnik, alpine Gefahren, Tourenplanung.

Kursleitung: Karl-Heinz Annen (Trainer C Bergsteigen)
Kontakt Daten: 0173-7891788 / karl-heinz.annen@arcor.de
Heinz-Dieter König (Trainer B Hochtouren)

Ort / Unterkunft: Berchtesgaden, Blaueshütte
Treffpunkt Samstag gegen 18:00 Uhr an der Hütte

Anmerkungen: Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Fels und Firn, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
15.06 – 22.06.2019	Berchtesgaden Blaueshütte	K.H. Annen H.D. König	31.03.2019	180,-€ ^(*) , ^(**)	A19.06

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A5/04 Grundkurs Alpinklettern

Oberes Donautal

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft, "Grundkurs Alpin" und DAV-Kletterschein "Outdoor" oder entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten. Klettererfahrung am Naturfels (Mittelgebirge), Kletterkönnen min. V. Grad im Klettergarten, Kondition und Kraftausdauer für 4 – 6-stündige Klettertouren.

Kursinhalt: Der Übergang vom Plaisirklettern zum Alpinklettern, Grundlagen der alpinen Kletter- und Sicherungstechnik im Vor- oder Nachstieg, Klettertaktik und Sicherungstechnik in Routen mit selbstzulegenden Zwischensicherungen, die Routen und Standplätze sind überwiegend gut abgesichert. Standplatzbau, Ausrüstung, mobile Sicherungsgeräte, Routenplanung, Rückzugsmethoden, Ablassen und Abseilen, behelfsmäßige Bergrettung.

Kursleitung: Lars Flehmig (Trainer B Alpinklettern)
 Kontaktdaten: 0151-25108818 / lars.f@mail.de
 Bianca Drerup (Trainer C Bergsteigen)

Ort / Unterkunft: Hausen im Tal, Murmeltierhaus

Anmerkungen: Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark ist verpflichtend.
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Alpinklettern, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
08.06 – 12.06.2019	Oberes Donautal	L. Flehmig B. Drerup	15.03.2019	190,-€ ^(**)	A19.13

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A5/04 Grundkurs Alpinklettern und Klettersteiggehen

Lienzer Dolomiten

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. Vorstiegskurs oder entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten. Kletterkönnen min. IV. Grad im Klettergarten, Kondition und Kraftausdauer für 4 – 6-stündige Klettertouren/Klettersteigtouren.

Kursinhalt: Grundlagen alpiner Kletter- und Sicherungstechnik im Vor- und Nachstieg, Standplatzbau, mobile Zwischensicherungen, Klettersteigbegehungen. Routenplanung, Rückzugsmethoden, Ablassen, Abseilen, behelfsmäßige Bergrettung. Geübt wird im hüttennahen Klettergarten sowie in verschiedenen Bergtouren (Kletter- und Klettersteigtouren)

Mögliche Touren: z. B. Gamswiesenspitze (Gamsplatte, IV), Kleine Laserzwand (Bügeleisenkante, IV), Klettersteige: Ari-Schübelsteig (B/C), Madonnenklettersteig (C).

Kursleitung: Walter Weiß (Trainer C Bergsteigen)
 Kontaktdaten: 0175-6046505 / hirsch.weiss@t-online.de
 Bastian Thomann (Kletterbetreuer)

Ort / Unterkunft: Karlsbader Hütte, Lienzer Dolomiten

Anmerkungen: Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark ist verpflichtend.
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Alpinklettern, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
06.07 – 13.07.2019	Lienzer Dolomiten Karlsbader Hütte	W. Weiß B. Thomann	31.03.2019	200,-€ ^{(*),(**)}	A19.08

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“.

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A5/04 Grundkurs Alpinklettern

Berchtesgadener Land

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft. "Grundkurs Alpin" und DAV Kletterschein "Outdoor" oder entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten, Klettererfahrung am Naturfels (Mittelgebirge), Kletterkönnen min. V. Grad im Klettergarten, Kondition und Kraftausdauer für 4 – 6-stündige Klettertouren. Sicheres Begehen zu den Kletterrouten sowie deren Abstiege durch Blockgelände (Trittsicherheit).
- Kursinhalt:** Der Übergang vom Plaisirklettern zum Alpinklettern, Grundlagen der alpinen Kletter- und Sicherungstechnik im Vor- oder Nachstieg, Klettertaktik und Sicherungstechnik in Routen mit selbstzulegenden Zwischensicherungen, die Routen und Standplätze sind überwiegend gut abgesichert. Standplatzbau, Ausrüstung, mobile Sicherungsgeräte, Routenplanung, Rückzugsmethoden, Ablassen und Abseilen, behelfsmäßige Bergrettung.
- Kursleitung:** Karl-Heinz Annen (Trainer C Bergsteigen)
 Kontaktdaten: 0173-7891788 / karl-heinz.annen@arcor.de
 Lars Flehmig (Trainer B Alpinklettern)
- Ort / Unterkunft:** Berchtesgaden, Blaueishütte
 Treffpunkt Samstag gegen 18:00 Uhr an der Hütte
- Anmerkungen:** Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark ist verpflichtend.
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Alpinklettern, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
31.08 – 07.09.2019	Berchtesgaden Blaueishütte	L. Flehmig K.H. Annen	31.05..2019	240,-€ ^(**)	A19.11

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“.

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

T6 Hochtouren und "Geführte Klettersteige/Touren/Wanderungen"

T6/02 Alpine Führungstouren

Geführte Klettersteigwoche in den Dolomiten bis "D"

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft. Klettersteigerfahrung, oder Aufbaukurs Klettersteiggehen. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, Kondition und Kraftausdauer für bis zu 7 Std. Gehzeit.
- Toureninhalt:** Betreute Klettersteigbegehungen an Marmolada-, Sella-, Lankofel-, Gaisler-Puez Gruppe, über der 2.000er Marke, bis auf 3.000 m. Mit beeindruckenden Aussichten auf die Dolomiten. z.B. Ferata Finanziere, Cesare Piazzetta, Oskar Schuster Steig, Sass Rigais – Überschreitung.
- Tourenleitung:** Rudi Rohn (Trainer C Bergsteigen)
Kontakt Daten: 02162-58630 / rudirohn47@gmail.com
- Ort / Unterkunft:** Canasei (Hotel oder Gasthaus)
- Anmerkungen:** Die Teilnahme am Vortreffen am 28. April 2019 um 15 Uhr im Landschaftspark Duisburg-Nord ist verpflichtend (obligatorische Klettersteigbegehung, Besprechung der Tourenwoche, zum Kennenlernen etc.).
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
29.06 – 06.07.2019	Dolomiten	R. Rohn	21.04.2019	200,-€ ^(**)	T19.01

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“.

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

T6/02 Alpine Führungstouren

Geführte Klettersteigwoche im Allgäu

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.
- Toureninhalt:** Vier Klettersteige von mittelschwer bis schwer je nach Wetterlage (z. B. Hindelanger und Mindelheimer, Lachenspitze, 2-Länder-Klettersteig).
- Tourenleitung:** Dieter Wilming
Kontakt Daten: 0281-52793 / m-d-w@gmx.de
- Ort / Unterkunft:** 4 x DAV-Hütten, 2 x Frühstückspension in Obersdorf
- Anmerkungen:** Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark Duisburg-Nord ist verpflichtend (obligatorische Klettersteigbegehung).
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
30.06 – 06.07.2019	Dolomiten	D. Wilming	30.03.2019	120,-€ ^{(*)(**)}	T19.02

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“.

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

T6/02 Alpine Führungstouren

Geführte Klettersteigwoche in den Dolomiten "Rund um die Sella"

- Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.
- Toureninhalt: Leichte bis schwere Klettersteige je nach Wetterlage (z. B. Cirspitzen, Col Rodella, Col da Lech, Pößnecker, Pisciadu).
- Tourenleitung: Dieter Wilming
Kontakt Daten: 0281-52793 / m-d-w@gmx.de
- Ort / Unterkunft: Wolkenstein im Grödnertal (Frühstückspensionen)
- Anmerkungen: Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark Duisburg-Nord ist verpflichtend (obligatorische Klettersteigbegehung).
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
21.07 – 27.07.2019	Dolomiten	D. Wilming	30.01.2019	130,-€ ^(*) ^(**)	T19.03

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“.

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

T6/02 Alpine Führungstouren

Watzmann Überschreitung

- Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft, Grundkurs Alpin oder entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten, Kondition und Kraftausdauer für eine ca. 10-stündige Tour in leichtem Klettergelände (II. Grad). Absolute Trittfestigkeit, Schwindelfreiheit und Klettergewandtheit sind in solch schwierigem Gelände erforderlich.
- Charakter: Eine der schönsten Überschreitungen in den Ostalpen. Der 2.713 m hohe Watzmann wird über seine drei Gipfel überschritten (Hocheck, Mittelspitze, Südspitze). Der ca. 3 km lange, z. T. ausgesetzte Grat ist teilweise mit Drahtseilen versichert. Die Tour ist auch durch ihre Länge sehr anspruchsvoll, aber ein eindrucksvolles Erlebnis.
- Tourenprogramm: 1.Tag Anreise, Übernachtung im Tal,
2.Tag Aufstieg zum Watzmannhaus (Übernachtung),
3.Tag Überschreitung und Abstieg bis zur Wimbachgrieshütte (Übernachtung),
Abstieg durchs Wimbachtal zum Ausgangspunkt und Rückfahrt.
- Tourenleitung: Walter Weiß (Trainer C Bergsteigen)
Kontakt Daten: 0175-6046505 / hirsch.weiss@t-online.de
- Ort / Unterkunft: Watzmann, Berchtesgaden
- Anmerkungen: Die Tour wird nur bei bestem Wetter und möglichst schneefreiem Fels unternommen – Termin daher nach Absprache mit den Interessenten
Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark Duisburg-Nord ist verpflichtend.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
nach Absprache	Berchtesgaden	W. Weiß	31.03.2019	160,-€ ^(*) ^(**)	T19.04

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

T6/02 Alpine Führungstouren

Sommerabschluss im südlichen Ortlergebiet, mit dem Ziel: fünf 3.000er Gipfel

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, Kondition und Kraftausdauer für 8 Std. Gehzeit mit bis zu 1.200 Hm Auf- und Abstieg.

Toureninhalt: Tagestouren, vom festen Standort Zufallhütte.
Die Besteigung von 5 Dreitausendern, mit Blick auf Ortler, Königsspitze oder Brenta, ist in diese Woche geplant. Nur mit Tagesgepäck werden wir in dieser Hochtourenwoche die geplanten Gipfel, teilweise auch weglos und über Gletscher, angehen. Für die Gletscherbegehung sind Anseilgurt, Steigeisen und Pickel oder Stöcke erforderlich. Die Hütte, auf 2.264 m, in aussichtsreicher Lage, verfügt neben Lagern auch über Zwei-, Drei- und Sechsbettzimmer. Etagendusche vorhanden. Die 2 – 3-Bettzimmer mit fließend K/W Wasser. Auch Saunanutzung möglich.

Tourenleitung: Rudi Rohn (Trainer C Bergsteigen)
Kontakt Daten: 02162-58630 / rudirohrn47@gmail.com

Ort / Unterkunft: Vinschgau: Martelltal, Zufallhütte (Ü/HP 42 – 54 € - Stand 2017)

Anmerkungen: Samstag, 01.06.2019, Teilnahme an einer obligatorischen, mehrstündigen Konditionswanderung im Ahrtal.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
28.09. – 05.10.2019	Martelltal Vinschgau	R. Rohn	19.05.2019	140,-€ ^(*) , ^(**)	T19.07

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

T6/03 Geführte Wanderungen

Hüttenrunde (Peter-Habeler-Runde) durch die Zillertaler Alpen mit Besteigung des Hochfeilers

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. Allgemeine Sportlichkeit und Kondition für bis zu 8-stündige Wanderungen, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.

Toureninhalt: Durch die Zillertaler Alpen über Geraer Hütte, Tuxer-Joch-Hütte, Friesenberghaus, Olperer Hütte, Hochfeiler Hütte und Landshuter Europahütte, mit Besteigung des Hohen Riffers (3.231 m) und des Hochfeilers (3.510 m)
-> Peter-Habeler-Runde (siehe Folgeseite)

Tourenleitung: Dirk Wetscheck (Wanderleiter)
Kontakt Daten: dirk.wetscheck@dav-duisburg.de

Ort / Unterkunft: Alpenvereinshütten, Ü/HP 42 – 50,- € (Stand 2018)

Anmerkungen: Die Teilnahme an einer mehrstündigen Konditionswanderung vor der Tour ist verpflichtend.
Wanderstöcke werden empfohlen.

Termine:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
17.08. – 24.08.2019	Zillertaler Alpen	D. Wetscheck	31.03.2019	100,-€ ^(*) , ^(**)	T19.05

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

Peter-Habeler-Runde (dieser Beschreibung liegt das Buch "Trecking im Zillertal" von Mark Zahel zu Grunde)

1. Anreise nach St. Jodok am Brenner => im Valsertal bis zur Jausenstation Touristenrast (1346 m) => Aufstieg zur Geraer Hütte (2326 m, 3 – 3,5 h, 1000 m ↑, leicht)
2. Übergang über Steinernes Lamm (2484 m), die Kleegrubenscharte (2498 m) zur Kaserer Scharte (2446 m) und weiter zum Tuxer-Joch-Haus (2313 m, 4 ¼ h, 750 m ↑↓, mittel) => ab dem Tuxer-Joch-Haus noch kurzer Abstecher auf das Pfannköpfl (2388 m, ½ h, Blockklettereie)
Bem.: Von der Kaserer Scharte ist eine Besteigung des Kleinen Kaserers (3093 m, insgesamt ca. 2,5 h, Gipfelgrat I) möglich
3. Übergang am geschlossenen Spannagelhaus (2531 m) vorbei über die Friesenbergscharte (2910 m) zum Friesenberghaus (2498 m, 5 h, 850 m ↑, 700 m ↓, schwierig)
4. Tagestour auf den Hohen Riffler (3231 m, 4 h, 750 m ↑↓, mittel, Blockwerk) und weiter zur Olperer Hütte (2388 m, 2 h, 250 m ↑, 350 m ↓, leicht)
5. Übergang auf schönen Plattenwegen nicht hinunter zum Schlegeisspeicher zum Pfitscher-Joch-Haus (2275 m, 4 h, 400 m ↑, 500 m ↓, sehr schön angelegter Weg) => weiter zur Hochfeiler-Hütte (2710 m, 4 h, 400 m ↑, 900 m ↓, leicht)
6. Tagestour auf den Hochfeiler (3510 m, 5 h, 800 m ↑↓, leicht bis mittel, evtl. Schneefelder und kurzer Firngrat, sonst einfach; höchster Gipfel der Zillertaler Alpen)
7. Zurück zum Pfitscher-Joch-Haus (2275 m, 3 – 3,5 h, 900 m ↓, 400 m ↑, leicht) => Übergang auf dem Landshuter Höhenweg zur Landshuter Europahütte (2693 m, 3 h, 550 m ↑, 100 m ↓, leicht, Aussichtsweg)
8. Ohne Gepäck auf den Kraxentrager (2999 m, 1 ¾ h, 350 m ↑↓, leicht; evtl. zum Sonnenuntergang) => Abstieg zur Touristenrast (1346 m, 4,5 h, 150 m ↑, 1500 m ↓, mittel)

Übersicht Hütten

Tag	Hütte	Höhe	Größe
1	Geraer Hütte	2.326 m	100
2	Tuxer-Joch-Haus	2.313 m	9 + 30
3	Friesenberghaus	2.498 m	66
4	Olperer Hütte	2.388 m	60
	Pfitscher-Joch-Haus	2.275 m	30
5, 6	Hochfeiler-Hütte	2.710 m	95
7	Landshuter Europahütte	2.693 m	88

T6/03 Geführte Wanderungen

Lechquellenrunde, von Hütte zu Hütte

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. Kondition für 6 – 8-stündige Wanderung erforderlich, Schwindelfreiheit, Trittsicherheit

Tourenprogramm: Wandern von Hütte zu Hütte mit bis zu 6-stündigen Gehzeiten. Bei guten Bedingungen Gipfelmöglichkeiten.

Tourenleitung: Uwe Beine (Wanderleiter)
 Kontaktdaten: 0157-82948329 / uwebeine@web.de

Ort / Unterkunft: Biberacher Hütte, Göppinger Hütte, Freiburger Hütte, Ravensburger Hütte, Stuttgarter Hütte

Anmerkungen: Die Teilnahme an einer mehrstündigen Konditionswanderung 2 - 3 Monate vor der Tour ist verpflichtend.

Ausrüstung: Bergwanderschuhe und evtl. Wanderstöcke

Termine:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
01.09. – 07.09.2019	Lechquellengebirge	U. Beine	31.03.2019	100,-€ ^(*) , ^(**)	T19.06

^(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“

^(**) Zuzüglich Übernachtungs-, Fahrtkosten und Verpflegung.

A7 Schnee und Eis (Ausbildung und Tourenangebote)

A7/01 Grundkurs Eisklettern - Drytooling im LaPaDU

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor" oder entsprechende Kenntnisse.
 Kursinhalt: Ausrüstungskunde, Klettertechniken, Schlagtechniken im Holz, Drytooling-Techniken ohne Steigeisen.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDU	5 Std.	Sektionsmitglied: 50,- €	DAV-Mitglied: 65,- €	Nichtmitglied: 80,- €

A7/04 Skikurs Duisburger Hütte

Termin usw.: siehe Umschlagseiten Bergfreund
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Ski- und Snowboardfahren

A7/04 Familien Ski- und Snowboardfreizeit Duisburger Hütte

Termin usw.: siehe Umschlagseiten Bergfreund
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Ski- und Snowboardfahren

A7/06 Begehen von steilen Firnhängen (Sprungschanze)

Eistraining im Sauerland

Voraussetzungen: Keine

Kursinhalt: Firnausbildung und Eistraining am Hang mit 38° Steigung.

Kursleitung: Karl-Heinz Annen (Trainer C Bergsteigen)
 Kontaktdaten: 0173-7891788 / karl-heinz.annen@arcor.de
 Lars Flehmig (Trainer B Alpinklettern)

Anmerkungen: Treffpunkt Café "Aufwind" am Schanzenauslauf.
 Für Teilnehmer/innen, die über keine eigenen Steigeisen verfügen, ist die Teilnahme an einem Vortreffen in Duisburg zwingend erforderlich. Hierzu sind die eigenen Bergschuhe mitzubringen, damit Bindungen und Größen der Eisen an die Schuhe angepasst werden können. Dieser Termin wird relativ kurzfristig vor dem Termin des Kurses liegen und frühzeitig bekannt gegeben.
 Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste steile Firnhänge, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
24.02.2019	Willingen	K.H. Annen L. Flehmig	31.01.2019	40,-/60,-/80,-€ (*), (***)	A19/02

(*) Bei kostenloser Mitnahme der(s) Trainer(s) im Fahrzeug eines Teilnehmers, siehe auch „Infos zum Ausbildungsprogramm“
 (***) Sektionsmitglied / DAV-Mitglied / Nichtmitglied

A8 Mountainbike (MTB)

A8/01 MTB Basic

Voraussetzungen:
Kursinhalt:

Die grundlegende Bedienung des Fahrrades / Mountainbikes wird vorausgesetzt. Vermittelt werden die grundlegenden Techniken um erste Touren im Gelände sicher absolvieren zu können. Grundeinstellungen am MTB, Grundposition, Gleichgewichts- und Balanceübungen, Schalt- und Bremstechnik, Bergauf-/Bergabfahren, Anfahren am Berg, Kurven (großer und kleiner Radius), Stufen bergauf und bergab, Treppen, richtiges Schalten am Berg, allg. Verhalten im Gelände und auf dem Trail.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Mountainbiken

Termine:	Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
16.03.2019	Landschaftspark DU-Nord 09:00 Uhr	8 Std.	Sektionsmitglied:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
27.04.2019			40,- €	60,- €	80,- €
18.05.2019					
15.06.2019					

A8/02 MTB Advanced

Voraussetzungen:
Kursinhalt:

Kurs "MTB Basic" oder entsprechende Kenntnisse und Fahrkönnen.
Angewandte Fahrtechnik, Fahrt im Gelände, Hindernisse bergauf und bergab, Teilstücke bergauf, Kurven (weite Kurven, Spitzkehren, Anliegerkurven), Techniken zum Ausgleichen von Bodenunebenheiten, Bunny-Hop, steile Abfahrten, Droppen, Wurzeln, Linienwahl, sicheres Absteigen, Verhalten auf dem Trail.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Mountainbiken

Termine:	Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
13.04.2019	Halde Hoppenbruch 09:00 Uhr	8 Std.	Sektionsmitglied:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
			40,- €	60,- €	80,- €

A8/03 MTB Technik Workshop

Voraussetzungen:
Inhalt:

Wir werden dabei die häufigsten Themen wie Platten, Kettenriss, Chainsuck, Freilaufdefekt, verbogenes Schaltauge, gerissenes Schaltseil, Laufraddefekte (Seitenschlag, Speichenriss) ansprechen. Zuerst in der Theorie und dann in kleinen praktischen Übungen sollen Interessierte sich für die nächste Tour wappnen. Dieser Workshop ist sicherlich nicht nur für Mountainbiker interessant.

Wichtiger Hinweis: Wir werden an dem Abend keine Werkstatt ersetzen!

Termine:	Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
	Landschaftspark DU-Nord 09:00 Uhr	3 Std.	Sektionsmitglied:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
			10,- €	10,- €	15,- €