

## Grundlehrgang Klettern und Bouldern

### Ausschreibung

### Inklusives Klettern und Bouldern – Grundlehrgang

**Zielgruppe: Jugendliche von 12 - 26 Jahren, aus den Mitgliedsvereinen des GSN und GVN, den Landesbildungseinrichtungen für Hörgeschädigte in Niedersachsen; Schulsportassistenten-LizenzinhaberInnen und Juleica InhaberInnen**

### Inhalte: (Änderungen sind möglich!)

Hier kannst Du die ersten Grundlagen zum eigenständigen Klettern und Sichern in einer Kletterhalle erlernen, Ausprobieren, was Bouldern ist. Ziel ist das Erlernen der Sicherungstechniken beim Klettern und das Verständnis für die grundlegenden Kletterbewegungen.

Nach dem Kurs besitzt du ausreichende Kenntnisse, um selbständig jede Kletterhalle besuchen zu können.

- Einbinden in das Kletterseil
- Selbstkontrolle und Partnercheck
- Seilkommandos
- Kletterer kontrolliert ablassen
- Sturztraining
- Grundbewegungen an der Kletterwand

### Referenten:

Trainer aus der Kletterhalle Griffreich

### Betreuer/innen:

Andre Danke,

### Gebärdensprachdolmetscherin:

Dagmar Mavadat

### Bitte mitnehmen:

Sportbekleidung, Hallenschuhe bzw. Kletterschuhe  
Weiße Oberkleidung für NeonGolf

### Wann und wo :

**Anreise:** 09.12.2022 bis 17.00 Uhr

**Abreise:** 11.12.2022 nach dem Mittagessen

### Ausbildungsorte:

#### Jugendherberge

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 1; 30169 Hannover

<https://hannover.jugendherberge.de>

#### NeonGolf | Schwarzlicht

Minigolf Hannover Heiligerstraße 15-16, 30159 Hannover

<https://www.neongolf.de/schwarzlicht-minigolf-hannover>

Kletterhalle Griffreich Peiner Str. 28; 30159 Hannover

<https://griffreich.de>

**Teilnehmerbeitrag:** 75,00 €

**Leitung:** Andre Danke

**Meldeschluss:** Bis zum 01.10.2022 an die Geschäftsstelle

**Eingangstermin der Rückmeldung bestimmt die Reihenfolge der Berücksichtigung. Maximal 12 Personen.**

**Der Teilnehmerbeitrag in Höhe von 75,00 € ist bei der Anmeldung überweisen an:**

**Gehörlosen-Sportverband Nds. IBAN: DE53 2512 0510 0008 4218 00 BIC: BFSWDE33HAN**

*Während der Veranstaltung werden Aufnahmen (Fotos und ggf. Film) gemacht. (Gehörlosenzeitung Niedersachsen, Infostände und Webseite ([www.gehoerlosenverbandnds.de](http://www.gehoerlosenverbandnds.de), [www.gehoerlosensport-nds.de](http://www.gehoerlosensport-nds.de), Gehörlosensportvereine Nds) Mit Teilnahme wird der Verwendung der Bilder für die Öffentlichkeitsarbeit zugestimmt.*