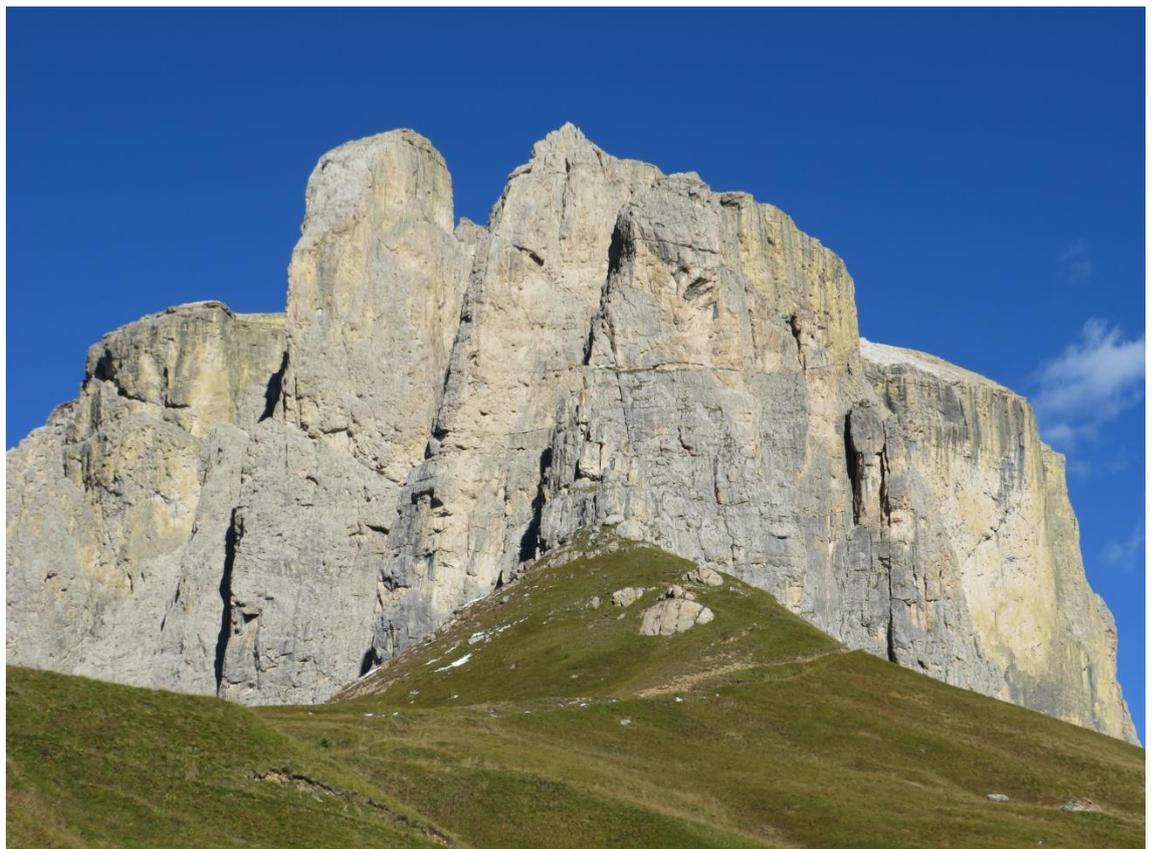
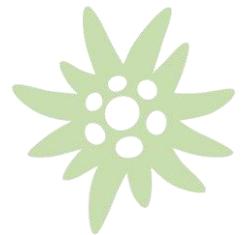


Ausbildungsprogramm 2023



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: 60,- €	DAV-Mitglied: 60,- €	Nichtmitglied: 60,- €

A1/02 Schnupperklettern Halle

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

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

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Neoliet Mülheim	3 Std.	Sektionsmitglied: 40,- €	DAV-Mitglied: 40,- €	Nichtmitglied: 40,- €

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/03 Schnupperklettern für Familien

Voraussetzungen: Mindestalter der Kinder 8 J., festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

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

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDu oder Halle	2 - 3 Std.	Sektionsmitglied: 40,- € Erwachsene 15,- € Kind	DAV-Mitglied: 40,- € Erwachsene 15,- € Kind	Nichtmitglied: 40,- € Erwachsene 15,- € Kind

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: 70,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 85,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 100,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/04 b Grundkurs Sportklettern Familie (im LaPaDu oder Kletterhalle)

- Voraussetzungen:** Pro Elternteil max. 1 Kind (6 - 10 Jahre), festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.
- Kursinhalt:** Bei diesem Kurs erlernen die Eltern das eigenverantwortliche und fehlerfreie Sichern ihrer Kinder mit verschiedenen Sicherungsgeräten und das Klettern.
Am ersten Tag kommen nur die Eltern für 4,5 Stunden zum Kurs und erlernen die Grundlagen des Sicherns und Kletterns. Am zweiten Tag kommen die Kinder und Eltern gemeinsam zum Kurs. Die Eltern können dann ihre Kinder selbstständig sichern und vertiefen das Gelernte vom ersten Tag. Wir legen großen Wert auf ein altersgerechtes Heranführen ans Klettern.
Die Erwachsenenbildung, siehe "A1/04 Grundkurs Sportklettern":
Material- und Knotenkunde Teil 1, intensives Training der Sicherungstechnik, Klettern und Sichern im Toprope.
Bei Eignung mit Abschluss DAV Kletterschein "Indoor Klettern Toprope".

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinsshütte LaPaDu oder Halle	9 Std.	Sektionsmitglied: 70,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 85,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 100,- € ⁽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 "Toprope" zu erwerben.
- Ausrüstung:** Klettergurt, Kletterschuhe, Sicherungsgerät
Klettergurt und Sicherungsgerät werden von der Sektion gestellt, Kletterschuhe können in der Halle ausgeliehen werden – für die ersten Termine reichen auch Sportschuhe.
- Teilnehmerzahl:** 3 – 6 Personen
- Termine:** 8 Termine à 2 Stunden
Der Kurs findet wöchentlich während der Wintermonate in der Halle (Neoliet Mülheim) und ab dem späten Frühjahr im Landschaftspark Duisburg-Nord statt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinsshütte LaPaDu oder Halle	8 x 2 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:		
Alpenvereinsshütte LaPaDu oder Halle	9 Std.	Sektionsmitglied: 70,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 85,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 100,- € ⁽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 oder entsprechende Kenntnisse, 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:		
Alpenvereinshütte LaPaDu oder Halle	9 Std.	Sektionsmitglied:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
		70,- € ⁽¹⁾	85,- € ⁽¹⁾	100,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/07 Sportklettern Sicherungstraining am Sturzsimulator

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg" oder entsprechende Kenntnisse. Solide Kenntnisse im Vorstiegssichern. Festes Schuhwerk, Gurt, Sicherungsgerät und Helm.

Kursinhalt: Beim Seilklettern können immer unerwartete, manchmal auch anspruchsvoll zu haltende Stürze vorkommen. Der Sicherungssimulator ermöglicht „sicheres Sichern“ zu trainieren, ohne dass ein*e Kletterpartner*in sich verletzt oder sich in mögliche Gefahr bringen muss. In diesem Kurs wird das gefahrlose Halten von Stürzen in verschiedenen Situationen erlernt und verbessert. Zudem können kritische Situationen und mögliche Gefahren beim Klettern und Sichern danach besser eingeschätzt werden.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
		50,- € ⁽¹⁾	65,- € ⁽¹⁾	80,- € ⁽¹⁾

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:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
		25,- € ⁽¹⁾	30,- € ⁽¹⁾	35,- € ⁽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:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
		25,- € ⁽¹⁾	30,- € ⁽¹⁾	35,- € ⁽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:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied:	DAV-Mitglied:	Nichtmitglied:
		20,- €	25,- €	30,- €

A1/11 Klettertechnik Trainingslehre

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

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereins­hütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 25,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 35,- €

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: 70,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 85,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 100,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Hallenkurse zuzüglich Eintritt

A1/13 Schnupperbouldern

Voraussetzungen: keine

Kursinhalt: Grundlagen des selbstständigen Boulderns in der Halle: Materialkunde, Verhalten in der Boulderhalle, Grundregeln beim Bouldern, sicher Abspringen und Fallen.

Ausrüstung: bequeme Sportkleidung, saubere Hallenturnschuhe. Kletterschuhe und Chalk können in der Halle ausgeliehen werden.

Anmerkung: Für Minderjährige wird eine unterschriebene Einverständniserklärung der Eltern benötigt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Monkeyspot Duisburg 47055 Duisburg, Neuenhofstraße 91	1,5 Std.	Sektionsmitglied: 20,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 20,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 20,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ zuzüglich Halleneintritt und evtl. Leihgebühren

A1/14 Grundkurs Bouldern

Voraussetzungen: Evtl. erste Erfahrungen im Bouldern. Der Kurs ist aber auch für absolute Neulinge geeignet, die direkt mit der richtigen Technik starten wollen.

Kursinhalt: Auffrischung der Grundlagen zum Bouldern in der Halle, Grundzüge der Bewegungslehre sowie grundlegende Klettertechniken und entsprechende Übungen dazu.

Ausrüstung: bequeme Sportkleidung, saubere Hallenturnschuhe. Kletterschuhe und Chalk können in der Halle ausgeliehen werden.

Anmerkung: Für Minderjährige wird eine unterschriebene Einverständniserklärung der Eltern benötigt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Monkeyspot Duisburg 47055 Duisburg, Neuenhofstraße 91	3,5 Std.	Sektionsmitglied: 40,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 40,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 40,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ zuzüglich Halleneintritt und evtl. Leihgebühren

A1/15 Aufbaukurs Bouldern

Voraussetzungen: Erfahrungen im Bouldern und Beherrschen grundlegender Bouldertechniken.

Kursinhalt: Fortgeschrittene Bouldertechniken und Übungsformen, systematisches Training, Taktik und mentale Vorbereitung sowie Unfall- und Verletzungsprävention. Die Inhalte im Aufbaukurs sind variabel und werden dem Leistungsniveau und den Wünschen der Teilnehmer entsprechend gestaltet.

Ausrüstung: bequeme Sportkleidung, Kletterschuhe, ggf. Chalk.

Anmerkung: Für Minderjährige wird eine unterschriebene Einverständniserklärung der Eltern benötigt. Spezielle Wünsche zum Inhalt des Kurses können vorab über ausbildung@dav-duisburg.de geäußert werden.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Monkeyspot Duisburg 47055 Duisburg, Neuenhofstraße 91	2 x 3,5 Std.	Sektionsmitglied: 80,- € ⁽¹⁾	DAV-Mitglied: 80,- € ⁽¹⁾	Nichtmitglied: 80,- € ⁽¹⁾

⁽¹⁾ zuzüglich Halleneintritt und evtl. Leihgebühren

A2 Sportklettern DAV-Kletterschein "Outdoor-Klettern"

A2/01 Ökologie Mittelgebirge

Kursinhalt: Alles Wissenswerte über Klettern und Naturschutz im Mittelgebirge.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 25,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 35,- €

A2/02 Standplatzbau Plaisir (Mehrseillängentechnik)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg" oder entsprechende Kenntnisse, Klettern können mind. V. Grad im Vorstieg und Beherrschen der Inhalte Kurs A4/05 Knotenkunde Standplatzbau / Bergrettung.

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:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	5 Std.	Sektionsmitglied: 60,- €	DAV-Mitglied: 75,- €	Nichtmitglied: 90,- €

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, Klettern können 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:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	Sektionsmitglied: 70 € (*) / 120 € (*) (**),	DAV-Mitglied: 85 € (*) / 135 € (*) (**)	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 in Haute Val Durance (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), Beherrschung einer Abseiltechnik und des Umbaus am Umlenker, Integrationsfähigkeit in die Gruppe, 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 ist das Klettern in Einseillängenrouten in verschiedenen Gebieten im nahen Umkreis der Unterkunft mit unterschiedlichsten Gesteinsarten (Kalk, Granit, Quarzit). Zum Ende des Kurses eine geführte Mehrseillängentour 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.
Im Durance-Tal sind Regentage von Juni bis September eher die Ausnahme. Es gibt aber die Möglichkeit in einer Kletterhalle neben der Unterkunft mit Übungen zu Standplatzbau oder Technik sinnvoll zu nutzen.

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 Plaisir- & C Sportklettern)
Infos zum Kurs: 0177-4484091 / roland.broemme@imail.de
Lennart Brömme (Trainer C Sportklettern)
Anmeldungen ausschließlich über die Geschäftsstelle!

Ort / Unterkunft: Gite la Blanche, Pelvoux
Übernachtung im Mehrbettzimmer (max. 2 - 3 Pers.) inklusive Halbpension
ca. 55 €/Tag (Stand 2022)

Anmerkungen: Normale alpine Ausrüstung (NAA), benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor Woche, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
02.09. - 09.09.2023	Haute Val Durance Frankreich (Haute Alpes)	R. Brömme L. Brömme	30.06.2023	280,- € (**)	A 23.06

(*) 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), Beherrschung einer Abseiltechnik und des Umbaus am Umlenker, Integrationsfähigkeit in die Gruppe, 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, Abseilen. Schwerpunkt ist das Klettern in Einseillängenrouten – das Gebiet bietet diverse Mehrseillängentouren. Am Ende des Kurses eine geführte Mehrseillängentour vorgesehen.

Klettergebiete: Die Klettertouren sind mit soliden Bohrhaken ausgestattet. Es gibt eine Vielzahl von gut gesicherten Touren im unteren V. bis oberen VI. Schwierigkeitsgrad (UIAA) und darüber hinaus, um die Kletterfähigkeiten im Vorstieg oder Toprope anzuwenden und angeleitet zu optimieren. Alle 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 Plaisir- & C Sportklettern)
Infos zum Kurs: 0177-4484091 / roland.broemme@imail.de
Lennart Brömme (Trainer C Sportklettern)
Anmeldungen ausschließlich über die Geschäftsstelle!

Ort / Unterkunft: z. B. Gîtes les Drailles in Orpierre

Anmerkungen: Normale alpine Ausrüstung (NAA), benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Outdoor Woche, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termine:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
09.09. – 16.09.2023	Orpierre Frankreich (Dep. Haute Alpes)	R. Brömme L. Brömme	30.06.2023	280,-€ (**)	A 23.07

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

A3 Klettersteiggehen im LaPaDu (Landschaftspark Duisburg-Nord)

A3/01 Grundkurs Klettersteiggehen

Voraussetzungen: Festes Schuhwerk, Handschuhe, Mindestalter 14 Jahre.

Kursinhalt: Klettersteigausrüstung, Anseil- und Sicherungstechnik, Klettersteigtechniken.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 45,- €	DAV-Mitglied: 60,- €	Nichtmitglied: 75,- €

A3/02 Aufbaukurs Klettersteiggehen

Voraussetzungen: "Grundkurs Klettersteiggehen" oder entsprechende Kenntnisse.
Mindestalter 14 Jahre.

Kursinhalt: Hilfstechniken und Taktiken für schwere Klettersteige.

Anmerkung: Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Klettersteig

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 45,- €	DAV-Mitglied: 60,- €	Nichtmitglied: 75,- €

A3/03 Klettersteiggehen mit Kindern

Voraussetzungen: Für Kinder ab 8 Jahre und eine Mindestgröße von 120 cm, Teilnahme der Erwachsenen am "Grundkurs Klettersteiggehen" oder entsprechende Kenntnisse. Sicheres Begehen des Klettersteigs im LaPaDu. Erfahrungen in der Sicherungstechnik HMS oder Sicherungsplatte sind von Vorteil.

Kursinhalt: Zusätzliche Sicherung in senkrechten und schrägen Passagen im Aufstieg und im Abstieg, Ablassen und Abseilen, Rast in horizontalen Abschnitten.

Anmerkung: Ein Kind pro Erwachsenen kostenlos.

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

A3/04 Aufbaukurs Klettersteiggehen Spezial

Voraussetzungen: "Grundkurs Klettersteiggehen" oder entsprechende Kenntnisse und sicheres Begehen von Klettersteigen im Schwierigkeitsgrad "B". Mindestalter 14 Jahre.
Der Kurs richtet sich an Gruppen/Seilschaften mit unterschiedlichem Kletterkönnen.

Kursinhalt: Hilfstechniken und Sicherungstechniken (Seileinsatz) zur sturzfremen/angstfreien Überbrückung von kurzen schweren Kletterstellen - der Schwierigkeitsgrad muss dennoch zwingend geklettert werden.

Anmerkung: Eine eigene Klettersteigausrüstung ist erforderlich, die zusätzliche Ausrüstung wird von uns gestellt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	4 Std.	Sektionsmitglied: 60,- €	DAV-Mitglied: 75,- €	Nichtmitglied: 90,- €

A3/05 Klettersteig total

Voraussetzungen: Klettersteigneulinge und Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen.

Kursinhalt: Sicheres Begehen auch von anspruchsvollen Klettersteigen, fundierte Hilfen für schwächere Gruppenmitglieder, Sicherungen bei schweren Kletterstellen, verantwortungsvolles Handeln bei zerstörten Steigeinrichtungen, richtiges Verhalten bei unvorhersehbaren Wetterstürzen.

Theorie: KS-Ausrüstung einschließlich Schuhe, Karabiner und Seile, Bänder und Reepschnüre, Knotenkunde, Fixpunkte, Partnerscheck

Praxis: Einweisung in Begehungstechnik, erste Übungen auch mit Hängen in der Sicherung. Begegnungsverkehr. Begehen von Teilen des Klettersteiges. Einrichten (Selbstsicherung!) und bedienen einer „HMS“-Sicherung für Partner*innen im Auf- und Abstieg, Ablassen, Selbstsicherung an steilen Sicherungsseilen des Klettersteiges, Hilfstechnik bei Sturz ins Klettersteigset.

Da es sich um einen mit diesen Themen völlig neuen Kurs handelt und daher keine ausreichenden Erfahrungswerte vorliegen, können, je nach fortgeschrittener Zeit, Kursinhalte möglicherweise nicht oder nicht umfassend trainiert werden.

Anmerkung: Eigene Klettersteigausrüstung ist keine Voraussetzung, sollte aber, nach Überprüfung durch die Kursleitung, verwendet werden.
Darüberhinausgehendes Material (Seile etc.) wird grundsätzlich durch die Sektion zur Verfügung gestellt

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu	8 Std.	Sektionsmitglied: 80,- €	DAV-Mitglied: 95,- €	Nichtmitglied: 110,- €

A4 Alpinausbildung im LaPaDu (Landschaftspark Duisburg-Nord)

A4/01 Grundkurs Alpin

Wochenendkurs

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.

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

Thomas Schwindt (Trainer B Alpinklettern)
Kontaktdaten: 0171-1679373 / thomas.schwindt@dav-duisburg.de
Walter Weiß (Trainer C Bergsteigen)
Ulrike Scherbarth (Trainerin C Bergsteigen)

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.

Termine:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
04.03. – 05.03.2023	Alpenvereinshütte LaPaDu Beginn: Samstag, 09:00 Uhr Ende: Sonntag, 16:00 Uhr	T. Schwindt W. Weiß U. Scherbarth	07.02.2023	(***) 85,-/100,-/115,-€	A 23.03
25.03. – 26.03.2023		K.-H. Annen H.-D. König	28.02.2023		A 23.01

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

A4/02 Aufbaukurs Alpin

Wochenendkurs

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 Selbststretzung aus der Gletscherspalte. Am Abend werden auch noch Dias oder DVDs von unseren weiteren Kursen gezeigt.

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

Thomas Schwindt (Trainer B Alpinklettern)
Kontaktdaten: 0171-1679373 / thomas.schwindt@dav-duisburg.de
Christian Scherbarth (Trainer C Bergsteigen)

Ort / Unterkunft: Landschaftspark Duisburg-Nord, Alpenvereinschütte

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

Termine:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
22.04. – 23.04.2023	Alpenvereinschütte LaPaDu Beginn: Samstag, 09:00 Uhr Ende: Sonntag, 16:00 Uhr	K.-H. Annen H.-D. König	25.03.2023	(***) 85,-/100,-/115,-€	A 23.02
03.06. – 04.06.2023		T. Schwindt C. Scherbarth	02.05.2023		A 23.04

(***) 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: 25,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 35,- €

A4/04 Tourenplanung Mehrseillängen

Voraussetzungen: Da in den Übungsphasen auf das Internet zugegriffen wird, ist ein WLAN-fähiges Endgerät (Notebook, Tablet, o. ä.) mitzubringen. WLAN ist in dem Kursraum vorhanden.

Kursinhalt: Im Kurs werden Grundlagen der Tourenplanung für das Klettern in Mehrseillängen sowohl im Bereich Plaisir als auch für alpine Routen vorgestellt. Praxisnah werden anhand von Beispieltouren Zeitplanung (Zu-/Abstieg, Kletterzeit), Orientierung zur und in der Wand, Zusammenstellung der Ausrüstung sowie Auswahl bzw. Kombination von Topos eingeübt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu oder Multifunktionsraum i. d. Geschäftsstelle	4 Std.	Sektionsmitglied: 25,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 35,- €

A4/05 Knotenkunde Standplatzbau / Bergrettung

Kursinhalt: Wer Interesse an den Kursen Alpinklettern, 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.

Anmerkungen: Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Vorstieg

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 35,- €	Nichtmitglied: 40,- €

A4/06 Standplatzbau Alpin (Mehrseillängentechnik)

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg" oder entsprechende Kenntnisse, Kletterkönnen mind. V. Grad im Vorstieg und Beherrschen der Inhalte Kurs A4/05 Knotenkunde Standplatzbau / Bergrettung.

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: 60,- €	DAV-Mitglied: 75,- €	Nichtmitglied: 90,- €

A4/07 Orientierung Teil 1 Karte & Kompass

Voraussetzungen: Schreibzeug für Notizen. Falls bereits vorhanden, so bringt bitte auch eure Bussole (Peilkompass), Höhenmesser und Planzeiger für AV-Karten (DAV-Shop) mit.

Kursinhalt: Deklination, Gitternetz, Karteninhalt und Darstellung, natürliche Orientierung. Handhabung von Bussole, Höhenmesser und Planzeiger. Peilen, Ein- bzw. Abschneiden, Karte lesen, Geländeformen.

Handhabung von Bussole, Höhenmesser und Planzeiger sowie Ein- bzw. Abschneiden werden in Übungsphasen angewandt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereins­hütte LaPaDu oder Multifunktionsraum i. d. Geschäfts­stelle	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 35,- €	Nichtmitglied: 40,- €

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:		
Alpenvereins­hütte LaPaDu oder Multifunktionsraum i. d. Geschäfts­stelle	3 Std.	Sektionsmitglied: 30,- €	DAV-Mitglied: 35,- €	Nichtmitglied: 40,- €

A4/09 Wetterkunde und alpine Gefahren

Voraussetzungen: Da in den Übungsphasen auf das Internet zugegriffen wird, ist ein WLAN-fähiges Endgerät (Notebook, Tablet, o. ä.) mitzubringen. WLAN ist in dem Kursraum vorhanden.

Kursinhalt: Im Kurs werden grundlegende Modelle, Phänomene und Begriffe der Wetterkunde vermittelt. Zudem bilden Wolken, ihre Bedeutung sowie Fallbeispiele (Gewitterlage, Kaltfrontpassage und Föhn) den theoretischen Teil.

Alpine Gefahren, Tourenplanung und Wetterdienste werden in Übungsphasen angewandt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereins­hütte LaPaDu oder Multifunktionsraum i. d. Geschäfts­stelle	4 Std.	Sektionsmitglied: 25,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 35,- €

A4/09 Wetterkunde und alpine Gefahren – ONLINE-SEMINAR

Voraussetzungen: stabile Internetverbindung, ein aktueller Browser (z. B. Chrome) und ein Bildschirm mit mindestens 11 Zoll. Für den Versand der Kursunterlagen und das Login wird eine E-Mail-Adresse benötigt.

Kursinhalt: Im Kurs werden grundlegende Modelle, Phänomene und Begriffe der Wetterkunde vermittelt. Zudem bilden Wolken, ihre Bedeutung sowie Fallbeispiele (Gewitterlage, Kaltfrontpassage und Föhn) den theoretischen Teil.

Alpine Gefahren, Tourenplanung und Wetterdienste werden in Übungsphasen angewandt.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
ONLINE-SEMINAR	4 Std.	Sektionsmitglied: 20,- €	DAV-Mitglied: 25,- €	Nichtmitglied: 30,- €

A4/10 Behelfsmäßige Bergrettung Fels

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg" oder entsprechende Kenntnisse, Kletterkönnen mind. V. Grad im Vorstieg und Beherrschen der Inhalte Kurs A4/05 *Knotenkunde Standplatzbau / Bergrettung*.

Kursinhalt: U. a. verschiedene Aufstiegshilfen, Ablassmethoden, Flaschenzüge.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Behelfsmäßige Bergrettung.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu	6 Std.	Sektionsmitglied: 60,- €	DAV-Mitglied: 75,- €	Nichtmitglied: 90,- €

A4/11 Behelfsmäßige Bergrettung Eis

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg" oder entsprechende Kenntnisse, Kletterkönnen mind. V. Grad im Vorstieg und Beherrschen der Inhalte Kurs A4/05 *Knotenkunde Standplatzbau / Bergrettung*.

Kursinhalt: U.a. Mannschaftszug, Lose Rolle, Münchhausentechnik.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Behelfsmäßige Bergrettung.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu	6 Std.	Sektionsmitglied: 60,- €	DAV-Mitglied: 75,- €	Nichtmitglied: 90,- €

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 beider Partner
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Abseilen

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 40,- €	DAV-Mitglied: 55,- €	Nichtmitglied: 70,- €

A4/13 Alpine Sicherungstechnik (HMS)

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

Kursinhalt: Wer den Umstieg vom Sportklettern zum Alpinklettern (Mehrseillängen) anstrebt, wird sehr schnell feststellen, dass Halbautomaten und Autotubes nicht zu gebrauchen sind. Kursinhalt ist der Umstieg auf die Halbastwurfsicherung über Körper und Fixpunkt, Sicherungsplattenfunktion, usw. Der Kurs ist auch für Seilpartner mit zu großem Gewichtsunterschied geeignet.

Anmerkungen: Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Vorstieg

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 40,- €	DAV-Mitglied: 55,- €	Nichtmitglied: 70,- €

A4/14 Aid- und Bigwalkklettern

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

Ort: Klettergärten in Ettringen

Kursinhalt: Es werden die Grundlagen des technischen Kletterns an Bohrhaken und Klemmgeräten vermittelt. Aufstieg am Fixseil und Haulen.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Klettergarten Ettringen	ca. 7 Std.	Sektionsmitglied: 100,- €	DAV-Mitglied: 120,- €	Nichtmitglied:

A4/15 Klemmkeile & Co

Voraussetzungen: DAV Kletterschein "Indoor-Klettern Vorstieg" oder entsprechende Kenntnisse, Kletterkönnen mind. V. Grad im Vorstieg und Beherrschen der Inhalte Kurs A4/05 *Knotenkunde Standplatzbau / Bergrettung*.

Kursinhalt: Theorie und Praxis zum Legen von Klemmkeilen und -geräten.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinshütte LaPaDu	3 Std.	Sektionsmitglied: 40,- €	DAV-Mitglied: 55,- €	Nichtmitglied: 70,- €

A5 Alpinausbildung im Alpenraum

A5/02 Grundkurs Alpin – Fels und Firn

Unsere traditionelle Ausbildungswoche auf der Blaeishütte

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft. "Grundkurs Alpin" oder entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten, Kondition und Kraftausdauer für 6-stündige Gehzeiten. Trittsicherheit.
- 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)
Kontaktaten: 0173-7891788 / karl-heinz.annen@arcor.de
Heinz-Dieter König (Trainer B Hochtouren)
- Ort / Unterkunft:** Berchtesgaden, Blaeishütte
Treffpunkt Samstag gegen 18:00 Uhr an der Hütte
- Anmerkungen:** Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Fels und Firn, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
24.06 – 01.07.2023	Berchtesgaden Blaueishütte	K.-H. Annen H.-D. König	30.04.2023	200,-€ (**)	A 23.08

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

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

A5/03 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 bis 8-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 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), Vorderer Wilder Turm (3.177 m), Lüsener Spitze (3.230 m), Wildes Hinterbergl (3.291 m).
- Kursleitung:** Walter Weiß (Trainer C Bergsteigen)
Kontaktaten: 0175-6046505 / hirsch.weiss@t-online.de
Christian Scherbarth (Trainer C Bergsteigen)
- Ort / Unterkunft:** Franz-Senn-Hütte, Stubaital
- Anmerkungen:** Die Teilnahme am Vortreffen im Landschaftspark Duisburg-Nord ist verpflichtend. Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Hochtouren, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
22.07 – 29.07.2023	Stubaital Franz-Senn Hütte	W. Weiß C. Scherbarth	31.05.2023	300,-€ (*).(**)	A23.05

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

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

A5/06 Alpinklettern

Genussklettern in den Dolomiten

Geführte Klettertouren im mittleren Schwierigkeitsgrad (III. bis V.) und Alpinausbildung

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft, Mindestalter 18 Jahre.
Grundkurs Alpinklettern oder dementsprechende persönliche Fähigkeiten und Kenntnisse. Kletterkönnen im V. Grad (Vorstieg), solide Kenntnisse der Anseil-, Abseil- und Sicherungstechnik.
Genügend Kondition sowie Kraftausdauer für mehrstündige tägliche Klettertouren (6 – 10 Std.), Trittsicherheit im weglosen Gelände, sozialverträgliches Verhalten. Hochgebirgs- erfahrung von Vorteil (z. B. Klettersteige, Hochtouren).

Kursinhalt: Die Kletterwoche soll grundlegende Einblicke in das Felsklettern von Mehrseillängenrouten im alpinen Gelände, Lesen von Topos, das Abseilen/Abklettern sowie die Orientierung in der Felswand vermitteln. Auffrischung von Alpinem Standplatzbau und behelfsmäßiger Bergrettung. Bei Eignung besteht auch die Möglichkeit zum Vorstieg.

Klettergebiet: Der Standort liegt so zentral, dass wir in 15 bis 45 Autominuten die Gebirgsgruppen der Sella, Fanes, Cir und Nuvolau erreichen können.

Beispielhafte alpine Klettertouren:

- Monte Gusela, Dallago-Führe
- Punta Dallago, Ottern-Weg
- Kleiner Lagazuoi, via del buco
- Kleiner Lagazuoi, Ibex-Führe
- Große Cirspitze, Stuflesser-Führe
- Touren an den Falzaregotürmen
- Touren am Col dei Bos (Cima Bois)
- Fünffingerspitze, Normalweg
- Touren an der Sella

Kursleitung: Oliver Knorre (Trainer B Alpinklettern)
Kontaktdaten: oliver.knorre@dav-duisburg.de

Ort / Unterkunft: St. Kassian/Albergo, La Varella

Anmerkungen: Normale Alpine Ausrüstung (NAA)
Nach verbindlicher Anmeldung erhaltet ihr von uns eine Ausrüstungsliste (Ausrüstungsliste Alpinklettern) – fehlende Ausrüstung kann gestellt werden.
Bei schlechten Wetterbedingungen behalten wir uns vor die Tour in ein anderes Gebiet zu verlegen oder abzusagen.
Ein Vortreffen und vorheriges gemeinsames Klettern ist obligatorisch.
Treffpunkt nach Vereinbarung.

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
02.09. – 09.09.2023	Dolomiten	O. Knorre	30.04.2023	420,-€ ^(*) ^(**)	A 23.09

^(*) 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

Klettersteigführungen am Gardasee

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, Kondition für bis zu 8 Std. Gehzeit.
- Beschreibung:** In der Region nördlicher Gardasee sind Klettersteige aller Schwierigkeitsgrade eingerichtet. Vom leichten, gesicherten Steig bis zu schwierigen Klettersteigen ohne Tritthilfen können hier Erfahrungen gesammelt und Techniken geübt werden. Geführt und unterstützt werden die Teilnehmer immer sicherer und wagen sich allmählich auch an höhere Schwierigkeitsgrade. Am Ende der Woche sollten auch D/E-Stellen von allen sicher begehbar sind. Der Spaßfaktor und das Erlebnis soll aber immer im Vordergrund bleiben.
- Tourenleitung:** Rudi Rohn (Trainer C Bergsteigen)
 Kontaktdaten: 01577-6450836 / rudirohn47@gmail.com
- Ort / Unterkunft:** Agritur Eden Marone, Via Marone 23, 38066 Riva del Garda, Italien
 Telefon: 0039 464 521520
- Vortreffen:** Samstag, 22. April 2023, 11:00 Uhr
 Die Teilnahme an einer obligatorischen Klettersteigbegehung im Landschaftspark Duisburg-Nord mit Besprechung der Tourenwoche, zum Kennenlernen und weiteren Infos zur Tour.
- Ausrüstung:** Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden. Stirnlampe ist bei der Tour erforderlich!

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
06.05. – 14.05.2023	Gardasee	R. Rohn	01.03.2023	200,-€ (*), (**)	T 23.02

(*) 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

Klettersteige nördlich des Gardasees

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft. Allgemeine Sportlichkeit und Kondition für bis zu 8 Std. Gehzeit, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.
- Toureninhalt:** In der Region nördlicher Gardasee sind Klettersteige aller Schwierigkeitsgrade eingerichtet. Vom leichten, gesicherten Steig bis zu schwierigen Klettersteigen können hier geführt und unterstützt Erfahrungen gesammelt und Techniken geübt werden. Der Spaßfaktor und das Erlebnis sollen aber immer im Vordergrund stehen. Mögliche Klettersteige: Sent. Colodri, Ferrata Rio Sallagoni, Ferrata Arricizia, Ferrata Gerardo Sega, Ferrata Signora della Aqua, Via attrezzata Monte Albano, Che Guevera, Ferratarunde Cime Rocca.
- Tourenleitung:** Dirk Wetscheck (Wanderleiter)
 Kontaktdaten: dirk.wetscheck@dav-duisburg.de
- Ort / Unterkunft:** Agritur Girardelli, Via Marone 21, 38066 Riva del Garda, Italien
- Anmerkungen:** Die Teilnahme an einer Klettersteigbegehung im Landschaftspark Duisburg-Nord mit Besprechung der Tourenwoche, zum Kennenlernen und weiteren Infos zur Tour ist verpflichten.
- Ausrüstung:** Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
30.09. – 08.10.2023	Gardasee	D. Wetscheck	31.03.2023	200,-€ (*), (**)	T 23.05

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

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

Klettersteige Gardasee

Sentiero attrezzato Colodri	
Startpunkt	Arco, 92 m – Parkplätze am Freibad
Endpunkt	Colodri
Beschreibung	Kurzer Klettersteig, schöne Aussicht über Arco
Länge	Zustieg 20 min, Steig 1 h, Abstieg 1 ¼ h, 310 m ↑↓
Schwierigkeit	B/C
Via ferrata Rio Sallagoni	
Startpunkt	Parkplatz beim Schießstand auf der Straße nach Drena, 254 m
Endpunkt	Unterhalb Castello Drena
Beschreibung	Steig durch eine enge Schlucht
Länge	Zustieg 15 min, Steig 1 ¼ h, Abstieg 30 min, 200 m ↑↓
Schwierigkeit	C
Via dell' Amicizia	
Startpunkt	Riva del Garda, 78 m
Endpunkt	Cima Sat, 1246 m
Beschreibung	Leiternsteig mit Ausblick auf den See und Riva
Länge	Zustieg 1 ½ h, Steig 2 ¼ h, Abstieg 2 ¼ h, 1220 m ↑↓
Schwierigkeit	B/C
Ferratarunde Cima Rocca – Ferr. Susati, Ferr. Foletti, Sent. dei Camminamenti, Ferr. Laste	
Startpunkt	Biacesa, 418 m
Endpunkt	Cima Rocca, 1089 m
Beschreibung	Susatti => Foletti => Camminamenti => Laste; Klettersteigrunde durch Tunnel und alte Kriegsstellungen
Länge	Zustieg 1 ½ h, Steig 2 ¾ h, Abstieg 1 ½ h, 850 m ↑↓
Schwierigkeit	B
Via ferrata Gerardo Sega	
Startpunkt	Parkplatz erste Brücke Valle dei Molini, 335 m bei Avio
Endpunkt	Colaz
Beschreibung	Beeindruckender Anstieg aus einem überhängenden Talkessel
Länge	Zustieg 1 ¾ h, Steig 1 ½ h, Abstieg 2 ¾ h, 1320 m ↑↓
Schwierigkeit	B/C
Via ferrata Signora delle Acque / Via ferrata Ballino	
Startpunkt	Zentrum von Ballino
Endpunkt	Am oberen Rand des Wasserfalls
Beschreibung	Neuer Klettersteig über viele Trittstufen neben dem Wasserfall
Länge	Zustieg 30 min, Steig 1 h, Abstieg 1h, 390 m ↑↓
Schwierigkeit	C/D
Via attrezzata Monte Albano	
Startpunkt	Mori, 204 m
Endpunkt	Monte Albano, 695 m
Beschreibung	Luftiger Steig, nach der Sanierung mit vielen Eisenklammern
Länge	Zustieg: 20 min, Steig: 2 h, Abstieg: 1 h, 510 m ↑↓
Schwierigkeit	D
Che Guevera	
Startpunkt	Parkplatz im Industriegebiet von Pietramurata, 254 m
Endpunkt	Hochfläche am Rif. Don Zio
Beschreibung	Extrem langer, südseitiger Steig - wunderschön
Länge	Zustieg: 25 min, Steig: 4 h, Abstieg: 3 h, 1400 m ↑↓
Schwierigkeit	C
Via ferrata Rino Pisetta – eher nicht	
Startpunkt	Parkplatz im Ort Sarche, 259 m
Endpunkt	Monte Garzole, 971 m
Beschreibung	Schwieriger Sportklettersteig, einer der schwierigsten Klettersteige der Alpen
Länge	Zustieg ¾ h, Steig 2 ¾ h, Abstieg 1 ½ h, 715 m ↑↓
Schwierigkeit	E

T6/02 Alpine Führungstouren

Klettersteige Sextner Dolomiten

Hüttenrunde durch die Sextner Dolomiten mit vielen Klettersteigen

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft. Allgemeine Sportlichkeit und Kondition für bis zu 8-stündige Wanderungen, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Klettersteige von leicht (A/B) bis schwierig (C/D).

Toureninhalt: Von Hütte zu Hütte durch die Sextner Dolomiten – über den bekannten Alpinweg, auf die Sextner Rotwand, den Toblinger Knoten, den Paternkofel und über einige andere Klettersteige.

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

Ort / Unterkunft: Alpenvereins­hütten, Ü/HP 60 € bis 70 € (Stand 2021)

Anmerkungen: Die Teilnahme an einer mehrstündigen Konditions­wanderung ist verpflichtend.

Ausrüstung: Ausrüstungs­liste Klettersteig Alpin

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
26.08. – 02.09.2023	Sextner Dolomiten	D. Wetscheck B. Kettelför	31.03.2023	180,-€ (*), (**)	T 23.08

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

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

Übersicht Hütten

Tag	Hütte	Höhe	Größe	Telefon
1 Sa, 26.08.	Zsigmondy-Hütte	2.224 m	36 + 44	+39 (0) 474710358 info@zsigmondyhuette.com
2 So, 27.08.	Rotwandwiesenhütte	1.900 m		+39 (0) 348-4439834 info@rotwandwiesenuette.it
3 Mo, 28.08.	Bertihütte	1.950 m	48	+39 (0) 435 67155 info@rifugioberti.it
4, 5 Di, Mi, 29./30.08.	Carducci-Hütte	2.297 m	51	+39 (0) 3476861580 rifugiocarducci@gmail.com
6 Do, 31.08.	Drei Zinnen Hütte	2.405 m	40 + 100	+39 (0) 474 972002
7 Fr, 01.09.	Rif. Fonda Savio	2.367 m	40	+39 (0) 435 39036 florian.poernbacher@rolmail.net

Klettersteige Sextner Dolomiten

- Anreise nach Sexten und zum Fischleinboden (1.454 m) => Aufstieg zur Zsigmondy-Hütte (2.224 m, 2,5 h, 800 m ↑, leicht)
- Übergang über Alpinsteig zur Elferscharte (2.650 m, 2,5 h, 400 m ↑, 100 m ↓, A/B), Abstecher zur Sentinella-Scharte (2.711 m, 1 h, 100 m ↑, B, oft Altschnee) und von dort zur Rotwandwiesenhütte (1.900 m, 2,5 h, 800 m ↓, Klettersteig anstelle des Abstiegs direkt durch die Rinne, B/C)
- Aufstieg über den Sextner-Rotwandsteig auf die Sextner Rotwand (2.936 m, 3,5 h, 1000 m ↑, A/B, relativ wenige Sicherungen) => Abstieg über die Via Ferrata Zandonella (2 h, 300 m ↓, C) => evtl. Übergang zum Arzalpenkopf (2.371 m) mit Abstieg über den Klettersteig zur Bertihütte (1.950 m, 3 h, 100 m ↑, 800 m ↓, C/D) oder direkt zur Hütte (1.950 m, 1,5 h, 650 m ↓, leicht)
- Übergang über Ferrata Roghel (C/D) und Ferrata Cengia Gabriella (B/C) zur Rif. Garducci (2.297 m, 7 h, 1000 m ↑, 650 m ↓, C/D) zur Rif. Garducci (2.297 m)
- Tagestour Hochbrunner Schneid (3.046 m) – von der Hütte über den Beginn des Alpinsteiges bis zum Inneren Loch => nun über schottriges Gelände und einige kurze steile Absätze zum Gipfel (5 h, 800 m ↑↓, I+)
- Über die Nuova ferrata zum Sandbüheljoch und weiter zur Büllelejochhütte (2.528 m, 4 h, 400 m ↑, 200 m ↓, B) => weiter zur Drei Zinnen Hütte (2.405 m, 1 h, 100 m ↓, leicht) => Ohne Gepäck auf den Toblinger Knoten (2.617 m, 1 – 1,5 h ↑, ½ h ↓, 200 m ↑↓, C, luftig, „Leiternsteig“)
- Über den Innerkoflersteig auf den Paternkofel (2.744 m, 1,5 - 2 h, 350 m ↑, B/C, Taschenlampe erforderlich) => Abstieg nach Süden zum Paternsattel (2.454 m, 1,5 h, 300 m ↓, leicht) => weiter zur Auronzo-Hütte und über den Bonacossa-Weg zur Rif. Fonda Savio (2.367 m, 3 – 3,5 h, 400 m ↑↓, A, leicht; bester Apfelstrudel der Dolomiten!)
- Klettersteig auf die Cima Cadin Nord-Est (2.788 m, 3 – 4 h, 400 m ↑↓, Ferrata Merlone, A/B) => Abstieg zum Misurina-See (1.750 m, 1 – 1,5 h, 600 m ↓, leicht) => mit dem Bus nach Toblach => Rückreise

T6/02 Alpine Führungstouren

Klettersteigaufbaukurs im Ötztal:

vom Übungsklettersteig an den alpinen Fels – betreute Klettersteigtouren bis D

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, Kondition für bis zu 6 Std. Gehzeit.
- Beschreibung:** Im Ötztal und Umgebung befinden sich viele Klettersteige in Talnähe – mit fast allen Schwierigkeitsgraden. Also von leicht (A) über ziemlich schwierig (B/C), schwierig (C/D) bis sehr schwierig (D/E).
Geführt und unterstützt werden die Teilnehmer immer sicherer und wagen sich allmählich auch an höhere Schwierigkeitsgrade. Am Ende der Woche sollte auch D/E-Stellen von allen sicher begehbar sein.
Der Spaßfaktor und das Erlebnis sollen aber immer im Vordergrund bleiben.
- Tourenleitung:** Rudi Rohn (Trainer C Bergsteigen)
Kontaktdaten: 01577-6450836 / rudirohn47@gmail.com
- Ort / Unterkunft:** Längenfeld, Ötztal (Gasthof oder Frühstückspension)
- Vortreffen:** Samstag, 22. April 2023, 14:30 Uhr
Die Teilnahme an einer obligatorischen Klettersteigbegehung im Landschaftspark Duisburg-Nord mit Besprechung der Tourenwoche, zum Kennenlernen und weiteren Infos zur Tour.
- Ausrüstung:** Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
17.06. – 24.06.2023	Ötztal	R. Rohn	31.03.2023	165,-€ ^(*) , ^(**)	T 23.03

^(*) 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

Klettersteigwoche Dolomiten

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft, Klettersteigerfahrung oder "Aufbaukurs Klettersteig". Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, Kondition und Kraftausdauer für bis zu 7 Std. Gehzeit.
- Toureninhalt:** Betreute Klettersteigbegehungen von leicht bis sehr schwierig - je nach Wetterlage und Kondition. An Sella, Langkofel und Geisler-Puez Gruppe, über der 2.000er Marke, bis auf 3.150 m, mit beeindruckenden Aussichten auf die Dolomiten. Mögliche Steige: z. B. Ferrata Rondella, Cesare Piazzetta, Oskar Schuster Steig, Cir Spitze, Pisciadu, Pösnecker, Sass Rigais Überschreitung oder andere.
- Tourenleitung:** Rudi Rohn (Trainer C Bergsteigen)
Kontaktdaten: 01577-6450836 / rudirohn47@gmail.com
- Ort / Unterkunft:** Wolkenstein im Grödnertal / Val Gardena Frühstückspension
- Vortreffen:** Sonntag, 04. Juni 2023, 10:15 Uhr
Die Teilnahme an einer obligatorischen Klettersteigbegehung im Landschaftspark Duisburg-Nord mit Besprechung der Tourenwoche, zum Kennenlernen und weiteren Infos zur Tour.
- Ausrüstung:** Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin, fehlende Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden.

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
15.07. – 22.07.2023	Dolomiten	R. Rohn	20.02.2023	160,-€ ^(*) , ^(**)	T 23.04

^(*) 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

Geführte Klettersteigwoche Allgäu

- Voraussetzungen:** DAV-Mitgliedschaft, Trittsicherheit im alpinen Gelände (Abstiege) und Schwindelfreiheit. Achtung: sowohl der Hindelanger als auch der Mindelheimer Klettersteig sind nicht durchgehend seilversichert.
- Toureninhalt:** Klettersteige von mittelschwer bis schwer. Vorgesehen je nach Wetterlage unter anderem: Hindelanger und Mindelheimer Steig, Lachenspitze, Edelrid Steig, 2-Länder-Klettersteig.
- Tourenleitung:** Dieter Wilming
Kontaktdaten: 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) – Termin nach Vereinbarung.
Benötigte Ausrüstung: Ausrüstungsliste Klettersteig Alpin

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
13.08. – 19.08.2023	Obersdorf (Allgäu)	D. Wilming	30.04.2023	130,-€ (*) (**)	T 23.01

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

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

T6/02 Alpine Führungstouren

Klettersteigaufbaukurs Manderscheid, Eifel

- Voraussetzungen:** Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und gute Kondition. Mindestens Kenntnisse aus dem "Grundkurs Klettersteig" erforderlich.
- Toureninhalt:** Begehung des neu angelegten Burgenklettersteiges in Manderscheid. Rund um die beiden Burgen Manderscheid erleben wir einen Klettersteig mit Schwierigkeiten bis "D". Dauer ca. 4 bis 5 Stunden. Wir geben Tipps und Tricks zur Überwindung kniffliger Stellen und steiler Vertikalpassagen.
- Tourenleitung:** Dirk Wetscheck (Wanderleiter)
Kontaktdaten: dirk.wetscheck@dav-duisburg.de
Britta Kettelför
- Treffpunkt:** 11:00 Uhr am Parkplatz Burgenblick in Manderscheid
- Ausrüstung:** Hüftgurt, Klettersteigset, Pausenschlinge, Kletterhelm, Prusik, festes Schuhwerk
- Hinweis:** Bei schlechter Witterung kann eine kurzfristige Absage am Donnerstagabend erfolgen.

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
22.04.2023	Manderscheid, Eifel	B. Kettelför D. Wetscheck	15.03.2023	70 € (*) 85 € (**) 100 € (***)	T 23.07

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

T6/03 Geführte Wanderungen

Anspruchsvolle Hüttenwanderung "Dreiländertour"

Voraussetzungen: DAV-Mitgliedschaft, sehr gute Sportlichkeit und Kondition für 8-stündige Wanderung mit 1.000 Hm, absolute Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich.

Tourenprogramm: Hüttenwanderung "Dreiländertour" (Tirol, Salzburg, Südtirol) zwischen den östlichen Zillertaler Alpen und der westlichen Venedigergruppe.

Tourenleitung: Uwe Beine (Wanderleiter)
Kontaktdaten: 0157-82948329

Ort / Unterkunft: Plauener Hütte, Richterhütte, Zittauer Hütte, Krimmler Tauernhaus, Warnsdorfer Hütte, Birnlückenhütte

Vortreffen: Die Teilnahme an einer mehrstündigen Konditionswanderung vor der Tour ist verpflichtend (2 – 3 Monate vor der Tour).

Termin:	Ort:	Trainer:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
19.08. – 26.08.2023	Zillertaler Alpen/Venedigergruppe	U. Beine	28.02.2023	160,-€ ^(*) . ^(**)	T 23.06

^(*) 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.

Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
Alpenvereinschütte LaPaDu	5 Std.	Sektionsmitglied: 60,- €	DAV-Mitglied: 75,- €	Nichtmitglied: 90,- €

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~~ - **AUSGEBUCHT** -

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)
Kontaktaten: 0173-7891788 / karl-heinz.annen@arcor.de
Heinz-Dieter König (Trainer B Hochtouren)

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.

Termin:	Ort:	Kursleitung:	Anmeldeschluss:	Kursgebühren:	Kurs-Nr.:
12.02.2023	Willingen	K.-H. Annen H.-D. König	20.01.2023	55,-/75,-/95,-€ (*), (***)	A 23.10

(*) 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:		
18.03.2023 22.04.2023 27.05.2023	Alpenvereinshütte LaPaDu 09:00 Uhr	8 Std.	Sektionsmitglied: 70,- €	DAV-Mitglied: 85,- €	Nichtmitglied: 100,- €

A8/02 MTB Advanced

Voraussetzungen:
Kursinhalt:

Kurs "MTB Basic" oder entsprechende Kenntnisse und Fahrkönnen.
Angewandte Fahrtechnik, Fahrt im Gelände, Hindernisse bergauf und bergab, Steilstücke 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

Termin:	Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
06.05.2023	Halde Hoppenbruch 09:00 Uhr	8 Std.	Sektionsmitglied: 70,- €	DAV-Mitglied: 85,- €	Nichtmitglied: 100,- €

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!

Termin:	Treffpunkt:	Dauer:	Kursgebühren:		
23.02.2023	Alpenvereinshütte LaPaDu 19:00 Uhr	2,5 Std.	Sektionsmitglied: 25,- €	DAV-Mitglied: 30,- €	Nichtmitglied: 35,- €