

## Ortsgruppe Lindenberg, 22.04.2023 Klettern für Nichtkletterer in einem Klettergarten



„Ein high light zum Beginn der Wandersaison“ mit Bärbel Merk und Diethelm Döll. Nach Knotenkunde mit Klaus am Vorabend im DAV Keller ging's am nächsten



Morgen an das praktische Üben in Latschau bei Tschagguns/Montafon im Klettergarten. Wir – 7 Teilnehmer - hatten unterschiedliche Vorerfahrungen, vom Anfänger bis zum Klettersteig-Erfahrenen;

spannend, das alle bei den Balance-Übungen auf einem Drahtseilgerüst und schrägem Balken doch zunächst Probleme hatten, die Wiederholung brachte Sicherheit. Ohne die helfenden Hände von Bärbel und Didi schwer vorstellbar. Weiter ging es mit ersten Erfahrungen im Fels, auch barfuß - lernen, die Füße sicher u setzen und auf die Sohlen zu vertrauen. Später wurde es ernst für diejenigen mit Höhenangst, wir legten den Klettergurt an und konnten einen hohen Quergang mit Drahtseilsicherung



mittels Karabiner überwinden. Tief durchatmen, dann für nicht Schwindelfreie „Geniessen lernen“ beim Abseilen in unterschiedlichem Gelände.



Zum Abschluß am Seil gesichert erste Klettererfahrungen. Am Ende war die gewonnene Sicherheit am Berg deutlich spürbar für diejenigen, die beim Wandern auch mal etwas anspruchsvolleres Gelände



bzw. ihre Angst überwinden möchten wie auch für die Erfahreneren, die lernen konnten, auch andere Teilnehmer zu sichern.



Bericht / Fotos: Frauke, Bärbel, Marjolaine, Diethelm