

## Ortsgruppe Lindenberg, 09.05.2024 Kurs Klettersteig

Der Kurs zum Begehen von Klettersteigen in den Alpen fand zu Beginn der Klettersteigsaison statt und war äußerst erfolgreich. Unter der Leitung erfahrener DAV-Trainer konnten die Teilnehmer ihre Fähigkeiten im alpinen Gelände verbessern und ihre Techniken beim Begehen von Klettersteigen erlernen.

Der Kurs begann mit einer theoretischen Einführung, bei der den Teilnehmern die Grundlagen des Klettersteiggehens vermittelt wurden. Dabei wurden verschiedene Themen behandelt, wie zum Beispiel die Ausrüstung, die Sicherheitstechniken und die richtige Vorbereitung auf eine Klettersteigtour. Zudem wurden auch Gefahren im alpinen Gelände besprochen und wie man sich in Notfällen verhält.



Nach dieser Einführung folgte die praktische Phase des Lehrgangs. Die Teilnehmer lernten das richtige Anlegen von Helm, Klettergurt, Klettersteigset und Bandschlinge mit Rastkarabiner. Sowie deren Handhaben und das richtige Klettern im Klettersteig.

Bei einer ersten Übung in leichtem Klettersteiggelände konnte, das in der Theorie Erlernte gleich angewandt werden. Hierbei wurden sie von den DAV-Trainern begleitet und erhielten wertvolle Tipps und Hinweise zur Technik und zum Umgang mit der Ausrüstung.



Für die weiteren praktischen Phase des Lehrgangs wurden die Teilnehmer in Kleingruppen aufgeteilt und hatten nun die Möglichkeit, verschiedene Klettersteige in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen zu begehen.

Erfolgreich meisterten alle Teilnehmer die Begehung der Seilbrücke und ein Klettersteigabschnitt in luftiger Höhe. Gut Gesichter war der Tiefblick für die meisten ein Genuss.



Während der praktischen Phase wurde auch viel Wert auf die Sicherheit gelegt. Die Tainer beobachteten die Handhabung der Ausrüstung und gaben wertvolle Tipps zu den Bewegungsabläufen.

Besonders beeindruckend war die Vielfalt der Klettersteige, die die Teilnehmer erkunden konnten. Von einfachen Einsteigerklettersteigen bis hin zu anspruchsvolleren Routen wurde alles geboten. Dabei konnten die Teilnehmer ihre Grenzen ausloten und ihre Fähigkeiten stetig verbessern.



Viel zu schnell war die Zeit am Fels vorbei, langsam spürten alle die ungewohnte Betätigung in dieser für sie neuen Fortbewegung am Fels.



Der Kurs zum Begehen von Klettersteigen war für alle Teilnehmer eine wertvolle Erfahrung. Sie konnten nicht nur ihre alpinen Fähigkeiten verbessern, sondern auch ihre Liebe zur Natur und zur Bergwelt vertiefen.

Die professionelle Betreuung durch erfahrene DAV-Trainer hat dafür gesorgt, dass alle Teilnehmer sicher und erfolgreich die Klettersteige bezwingen konnten.

Mit vielen neuen Eindrücken und Erlebnissen kehren sie nach Hause zurück und haben nun das nötige Know-how, um sicher und verantwortungsbewusst Klettersteige in den Alpen zu begehen.



Der Kurs hat gezeigt, dass ein solches Training essenziell ist, um die Herausforderungen der alpinen Welt zu meistern.

Bericht / Fotos: Frauke, Bärbel, Marjolaine, Diethelm