

# DAV Sektion Essen e.V. Kursprogramm 2011

## Inhalt

|                    |   |          |
|--------------------|---|----------|
|                    | Einführung in das Klettersteiggehen   | Seite 2  |
| <b>DAV-0900009</b> | Basiskurs Eis bzw. Grundkurs Eis 2011 (Reservierungsstand per 14.04.11 38 Teilnehmer) | Seite 14 |

## Einführung in das Klettersteiggehen

- Datum:** 03.04.2011  
**Anmeldeschluss:** 31.03.2011  
**Max. Teilnehmer:** 5  
**Ort:** Duisburg Landschaftspark  
**Ziel des Kurses:** Grundlagen Klettersteig
- Vorraussetzungen:** Trittsicherheit, ggf. Bergwandererfahrung von Vorteil, körperliche Fitness+Kondition
- Inhalt:** Grundlagen Klettersteig: Einbinden mit Klettersteigbremse, Begehen des Klettersteigs, Sicherheit am Klettersteig, kleine Materialkunde, alpine Gefahren etc.
- Kosten:** Kosten ca. 20,- für DAV Essen sonst 40,- einschließlich Klettersteigset und Gurt  
zuzüglich Eintritt in den Klettergarten (5,- DAV)  
Kursdauer ca. 3 Std. ( )
- Sonstiges:** Der Kurs kann je nach Wetterlage und Absprache mit den Teilnehmern verlegt werden.  
Für Kleingruppen können in Abstimmung mit mir gesonderte Termine vereinbart werden; eine Anmeldung erfolgt jedoch grundsätzlich über die Sektion Essen
- notwendige Ausrüstung: Klettergurt (Sitz+Brustgurt), Einbindestück, komplettes Klettersteigset: Klettersteigbremse mit "Klettersteig"-Karabinern, zusätzliche Bandschlinge + Schrauber (HMS) , Helm (ggf. reicht ein Fahrradhelm => beachte: in den Alpen aber grundsätzlich mit "Bergsteigerhelm" wg. Steinschlaggefahr)
- Kursleitung:** Uli Schröter-Dommes  
eMail: ulisd@web.de  
Tel.: 01639060776 (privat)

## DAV-0900009 **Basiskurs Eis bzw. Grundkurs Eis 2011 (Reservierungsstand p..**

**Datum:** 02.07 - 08.07.11  
**Anmeldeschluss:** 31.03.2011  
**Max. Teilnehmer:** 9  
**Ort:** Alpen - Öztaler Alpen (Reservierungsstand per 14.3.11: 8 Teilnehmer)  
**Ziel des Kurses:** selbstständiges Durchführen von leichten Hochtouren  
**Vorraussetzungen:** Kondition für bis zu 8-stündige Touren im alpinen Gelände, Trittsicherheit, alpine Wandererfahrung

**Inhalt:** Wer sich in höheren alpinen Regionen bewegen will, benötigt eine solide Basisausbildung.  
Verschiedene Sicherungstechniken in Schnee und Eis, Grundlagen Wetterkunde, das richtige Gehen mit Steigeisen, die Handhabung des Eispickels, alpine Gefahren, Sturzübungen im Firn u.a. sind Teil dieser Ausbildungswoche. Last not least: Übungstouren runden die Ausbildung ab.  
Unterkünfte: Alpenvereinshütten

**Kosten:** 145? max. 9 Teilnehmer

Es findet - wie in jedem Jahr - eine Vorbesprechung statt => zum Kennenlernen und um Fragen bzgl. Kursinhalten, Ausrüstung u.a. zu klären. Anschließend kann eine verbindliche Anmeldung erfolgen.

Es werden möglichst Fahrgemeinschaften gebildet. Kosten für Fahrt, Unterkunft und Verpflegung trägt jeder Teilnehmer selbst.

**Sonstiges:** Servus!  
Kursleitung + Info+ Kontakt + Anmeldung bei Berthold Arning (Fachübungsleiter Bergsteigen): bertl.sd@web.de oder Tel.: 0201-7988262 --- Nachtrag: Wegen des regen Interesses am Kurs ( > 6 Teilnehmer) hat sich Uli (ebenfalls Fachübungsleiter Bergsteigen) bereit erklärt, als weiterer Ausbilder dabei zu sein!  
Kurzfilm findet ihr unter:  
<http://www.youtube.com/watch?v=SI4thAypVA>  
<http://www.youtube.com/watch?v=4iOZYlhlLro>

**Kursleitung:** Uli Schröter-Dommes  
eMail: ulisd@web.de

