

Kurs Nr. 1811

Sturzangst

08. September 2018

KLETTERKISTE

DAV Kletterzentrum Mainz

TEILNEHMERKREIS	Fortgeschrittene Kletterer (ab 17 Jahren)
VORAUSSETZUNGEN	Beherrschen des 5. Grads im Vorstieg, Beherrschen einer Sicherungstechnik
KURSZIEL	Sturzangst und wie wir lernen damit umzugehen
KURSIHALTE	<p>Es gibt nichts was uns mehr das klettern vermiesen kann, als die gute alte Sturzangst.</p> <p>Lasst uns gemeinsam ergründen wovor wir Angst haben und wie wir lernen damit umzugehen.</p> <p>Nach einem Vortrag von Svenja Fabian (Psychologin mit Schwerpunkt Traumatologie) und ein paar Mentalen Übungen, gehen wir gemeinsam an die Wand und testen uns aus.</p>
TEILNEHMERZAHL	Mindestens 4, maximal 8 Personen
TERMINE	08.09.2018 von 12:00 Uhr bis 18:00 Uhr
VERANSTALTUNGSORT	Alpenvereinshaus / Kletterkiste 55120 Mainz-Mombach, Turmstraße 85
TEILNEHMERGEBÜHR	<ul style="list-style-type: none">* 50,- Euro (Mitglieder der DAV Sektion Mainz)* 60,- Euro (Mitglieder anderer DAV Sektionen)* 80,- Euro (Nichtmitglieder) (inklusive Halleneintritt für die Kursdauer)
INFOS UND LEITUNG	Kathrin Hoffmann, Trainer C Sportklettern
ANMELDUNG	<p>Auf dem PC ausfüllbare Anmeldeformulare gibt es zum Download unter: www.kletterkiste-mainz.de/kletterkurse oder als Formblatt in der Kletterkiste</p> <p>Ein Rücktritt vom Kurs ist ab einer Woche vor Kursbeginn nicht mehr möglich. Die Teilnehmergebühren müssen dann auch bei Nichtantritt vollständig bezahlt werden.</p>



**Deutscher Alpenverein
Sektion Mainz**

Ansprechpartner: Markus Sehn
Telefax: 03222 9814103
E-Mail: info@kletterkiste-mainz.de