



Pischkerstraße 16 | A-8600 Bruck an der Mur  
tel.: +43 (0) 664 13 28 700 | office@nolimit.at | www.nolimit.at

## **Kletterkurs Kinder 6-9 Jahre**

### **Kursinhalte**

- Aufwärmspiele
- Spiele an der Kletterwand
- korrekter Umgang mit der Ausrüstung für das Seilklettern
- Erlernen der Klettertechnik (Steigen, Greifen, dynamisches Klettern, statisches Klettern usw.)
- selbstständiges Sichern mittels Tuber im Tope-Rope
- Stabilisationsübungen zur allgemeinen Körperstabilisierung
- Bouldern
- Abwärmen
- Kletterschein Top-Rope Klettern