



### **Wéini:**

Freides den 24. Februar 2023 vun 19:00 bis 21:30

### **Fir wien:**

KSE Memberen ab 17 Joer mat Klammpass

### **Inhalt:**

- Gemeinsamt Opwiermen
- Fir Ufänger am Virklammen: Training fir d´Basis am Virklammen (Virklamme léieren, Ëmbaue fir am Fiels ze klammen, Sturztraining) ze léieren.
- Fir Leit déi Virklamme kënnen: Training fir eng Regelméissegheet am Virklammen ze kréien (Virklammen an de Voien, Uewen ëmbauen).

Den Training ass do fir iech d´Virklamme méi no ze bréngen (step by step). Wann dir scho virklamme kennt, dann ass deen Training gutt als Opfrëschung a fir d´Regelméissegheet am Virklammen.

### **Voraussetzungen:**

Jiddereen, also och all Ufänger kann kommen, och wann dir nach ni virgeklomme sidd. Voraussetzung ass awer, dass dir de KSE Klammpass hutt, also d´Basis am Klamme beherrscht (Gurt undoen, séchere mam GriGri, Knuet maachen).

### **Matbréngte vu Material:**

Wann dir Klammgeschier (Gurt, Schong etc.) hutt, kennt dir dat matbréngen. Dir kritt Gurt a GriGri awer och op der Platz geléint.

Zousätzlech misst dir eng „Personelle“ (Bandschléng 50-60cm + Karabiner) matbréngen. Déi braucht dir och spéider am Fiels.

Seeler an Degainen stinn zur Verfügung, hutt dir der awer selwer, kennt dir déi och matbréngen.

### **Umeldung:**

Maximal 12 Plazen

Umellung ass Pflicht op TeamReach.