

Kletterkurse im Hochschulsport (HSP) der FU Berlin

Im HSP der FU werden das ganze Jahr über **Indoor-Kletterkurse** in der kleinen Kletterhalle im Hüttenweg 41-45, 14169 Berlin angeboten.

In den Sommermonaten finden zusätzlich **Outdoor-Kurse** am Kletterturm des Deutschen Alpenvereins (DAV) im Grunewald statt. Dort werden Kombikurse für Level 1 **und** Level 2 angeboten mit jeweils einer Kursdauer von 10 Termine a 2 Stunden (insgesamt 20 Stunden).

Struktur des Gesamtangebotes im Klettern:

Level 1 - Kurse (4 x 2,5 oder 2 x 5 Stunden = 10 Stunden)

Level 2 - Kurse (4 x 2,5 oder 2 x 5 Stunden = 10 Stunden)

Level 3 - Kurse (10 Stunden)

Diese Kurse finden entweder an einem Wochentag statt (4 Termine a 2,5 Stunden = 10) oder am Wochenende SA/SO (2 Termine a 5 Stunden = 10 Stunden).

Level 1/2 - Kurse (15 Termine a 2 Stunden = 30 Stunden)

Inhalte der Kletterkurse:

Level 1

Toprope-Klettern, Materialkunde, Sichern mit Halbautomaten sowie HMS-Sicherung, 8ter-Knoten, Partnercheck, Bouldern, Grundtechniken, Fallübungen, Theorie.

Level 2

Vorstiegs-Klettern, Vorstieg (Material, Technik, Sichern), Abseilen, alternative Knoten- und Sicherungsmethoden und Sicherungstechniken.

Level 1/2

Toprope-Klettern, Vorstiegsklettern, Selbst-u. Gefährtensicherung, Seilschaft in Aktion, Abseilen

Level 3 /Sicherungstechniken:

Wiederholung und Vertiefung von Level 1 und Level 2, zusätzliche Inhalte sind:

Standplatz, Nachsichern, Sturzversuche, Vorstieg mit Abseilen

Für die Kurse Level 1, Level 2 und Level 3 wird das Klettermaterial in der Halle zu Verfügung gestellt, jedoch keine Kletterschuhe.