

Ferienprogramm Klettern & Bouldern

Kinder bezwingen die „Mitterskirchner Ostwand“

Am 12.08.2022 war es soweit, die Mitterskirchner Ostwand konnte im Rahmen des Ferienprogramms von 30 Kletterbegeisterten Kindern und Jugendlichen bezwungen werden. Aufgrund des enormen Andrangs konnten 2 Gruppen gebildet werden.

Nach einem kurzen Aufwärmtraining erlernten die Kinder die theoretischen Grundlagen für das Klettern und Bouldern in der Halle und wurden anschließend in die Praxis des Kletterns und Boulderns eingeführt. Die Sicherung und Einführung der Kinder erfolgte beim Klettern von den Betreuern (Simon, Evi, Michael, Gabriel, Udo und Sarah) mit DAV Schein. Die Abnahme des DAV-Kletterscheins Toprope und Vorstieg erfolgte bereits in der ersten Jahreshälfte 2022 durch den erfahrenen Ausbilder Vincenc Zielonka. Als Abschluss erhielt jedes Kind eine Urkunde für die „Bezwingung der Mitterskirchner Ostwand“.

Klettern und Bouldern ist nicht nur ein Ganzkörpertraining, sondern verbessert auch das Gleichgewicht, fördert die mentale Stärke, schafft Vertrauen und verbessert die Fähigkeiten der Kommunikation durch die präzisen und eindeutigen Anweisungen an der Wand und als Sicherer. Klettern ist somit ein Sport für Jeden egal ob Jung oder Alt. Mit einem Kletterpartner macht das Ganze nicht nur mehr Spaß, sondern man ist auch immer für die Sicherheit seines Partners verantwortlich, deswegen klettert man immer zu zweit.

Jeden Montag und Mittwoch von 17.00 bis 18.00 Uhr können Kletterbegeisterte am Seil gesichert die Wand bezwingen, hier stehen euch Simon und Evi zur Verfügung. Ab 18 Uhr können Kinder ab 8 Jahren mit Einverständniserklärung der Eltern auch ohne Erziehungsberechtigten Bouldern, unter 8 Jahren nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten. Die Formulare findet ihr auf der ESV Homepage Mitterskirchen unter der Sparte Klettern. Es stehen kostenlos Klettergurte zur Verfügung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Auch Kletterschuhe können bei uns erworben werden. Sprecht uns einfach darauf an.

Die Sparte Klettern bedankt sich recht herzlich beim ESV Mitterskirchen für die Süßigkeiten und die Getränke, beim Skiclub Wurmansquick für das Ausleihen der Klettergurte und die Unterstützung der Gemeinde Mitterskirchen, die jedes Jahr die Anmeldung der Kinder des Ferienprogramms übernimmt.



Einweisung der Kinder in die theoretischen Grundlagen des Kletterns und Boulderns.





