

### TESSIN – KLETTERN IN DER SONNENSTUBE

#### Klettergarten 2 oder 3

Die Klettersaison im Tessin geht ja praktisch nie zu Ende im Herbst. Wieso also nicht an diesem Wochenende sich ganz bewusst der persönlichen Klettertechnik/Taktik widmen, um so nochmals in den eigenen Projekten punkten zu können. Abgerundet wird das Weekend mit der einfachen aber sehr schön gelegenen Unterkunft „Baita Arami“ hoch über Bellinzona auf 1441 Meter über Meer.

#### Inhalt / Ziel

Du kletterst schon einige Zeit machst aber keine Fortschritte mehr. Jetzt brauchst es einen Blick von aussen und neue Impulse. Du willst von Tipps und Tricks profitieren. Mit persönlichem Coaching versuchen wir dich im technischen, taktischen und mentalen Bereich weiter zu bringen. Eine individuelle Analyse hilft dir deine Stärken und Schwächen besser zu erkennen. Mit gezielten Übungen am Fels verbesserst du dein Kletterniveau und erhältst Tipps und Tricks um deine Leistung am Fels zu steigern.

#### Datum / Bergführer/in

Sa. 21. bis So. 22. Oktober 2023

Stephan Gartmann

#### Anforderung

5c Outdoor im Vorstieg. Klettergarten 1 oder ähnliche Ausbildung.

#### Programm

1. und 2. Tag: Ausbildung und Klettern in den Klettergärten im Val le di Gorduno.

#### Leistung / Preis

Gruppengrösse 4-6 Personen

Kosten CHF 520.-

Inklusiv: Organisation, Übernachtung mit Halbpension im Mehrbettzimmer, Ausbildung durch dipl. Bergführer, YOYO-Kursunterlagen.

Exklusiv: Reisekosten ab Treffpunkt ca. CHF 20.-, Zwischenverpflegung und Getränke.

#### Unterkunft

Baita Arami im Valle di Gorduno

#### Treffpunkt / Reise

09.45 Uhr, Bahnhof Bellinzona, anschliessende Fahrt ins Valle di Gorduno mit dem Kleinbus

#### Persönliche Kletterausrüstung

Kletterschuhe, Klettergurt, Kletterhelm, 3 HMS Schraubkarabiner, Sicherungsgerät, 1 Bandschlinge 60cm, Prusikschlinge, Magnesiabeutel

#### Sonstiges

Kletterrucksack ca. 35l, Trekking- oder Zustiegsschuhe, Kletterhose, Sonnen- und Regenschutz,

Lunch und Getränke für 2 Tage

**Kletterführer** (fakultativ); Plaisir Süd

#### AUSKUNFT UND ANMELDUNG

Kletterschule YOYO

Tel. +41 79 683 06 51

yoyo@kletterschule.ch · www.kletterschule.ch

