

## Grundlagen Bergsteigen I

An diesem Wochenende wollen wir Euch mit Grundlagen des alpinen Bergsteigens vertraut machen:

Gehen im weglosen Gelände, Anseilen, Begehen von Klettersteigen, Auf- und Abstieg am Fixseil, Ablassen und Abseilen werden geübt und im Gelände vertieft. Knotenkunde, Materialkunde und die Orientierung mit Karte und Kompass sind ebenfalls Inhalt dieses Kurses.

Voraussetzungen: keine

Ausrüstung: Klettergurt, Helm, Karabiner und Bandschlingen  
(können kostenfrei ausgeliehen werden); Klettersteigset,  
Rucksack, festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, ... (weitere  
Details bei der Kursleitung)

Teilnehmerzahl: 12

Kursgebühr Alpinclub (erm.): 70€ (60€)

Kursgebühr Sektion Hannover (erm.): 80€ (70€)

(Ermäßigung für Auszubildende, Studierende, SchülerInnen)

sonstige Kosten: Übernachtung Kansteinhütte (13€), Selbstverpflegung und Fahrt

---

Termin: 15.–16.03.2025

**Kurs-Nr.: 2025 - 01**

Ort: Kansteinhütte (Weserbergland)

Leitung: Rosemarie Schilling, Andreas Knapp, Dirk Schulze  
(FÜL/Trainer C Bergsteigen)