

## Grundlagen Bergsteigen II (Rettungstechniken)

Nachdem ihr die Grundlagen des Bergsteigens beherrscht, wollen wir euch an diesem Wochenende schwerpunktmäßig die Techniken vermitteln, die man bei der Spaltenbergung und der Rettung am Berg braucht: Abseilen, Flaschenzug (lose Rolle), Selbstrettung mit Prusik und Gardaklemme, Expressflaschenzug, Transport von Verletzten

Voraussetzungen: Kurs Grundlagen Bergsteigen I (u.a. Knoten)

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

Teilnehmerzahl: max. 9

Kursgebühr Alpinclub (erm.): 80€ (70€)

Kursgebühr Sektion Hannover (erm.): 90€ (80€)

(Ermäßigung für Auszubildende, Studierende, SchülerInnen – Anmeldung bitte Nachweis beifügen!)

sonstige Kosten: Fahrt, Unterkunft (13 €) und Verpflegung

---

Termin: 11. – 12.04.2026

**Kurs-Nr.: 2026 – 2**

Ort: Kansteinhütte (Weserbergland)

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