

Einladung zum Technik-Kurs

am
Donnerstag 18.05.2006 und
Samstag 20.05.2006



Für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die mehr über Körperspannung, Koordination und Engrammen lernen wollen.

Programm: Technik-Kurs Donnerstag im [Gaswerk Schlieren](#) und Samstag draussen

Anforderung: Solide 5a im Vorstieg. **Vorgängig** im Boulderraum der Halle 2, 3 oder 4 ein Boulderproblem ausgebouldert zu haben. Sich Gedanken gemacht zu haben, an welchen Zügen man zu beissen hat. Kraft und Ausdauer um sich im Boulderraum auszutoben. Motivation die eigene Klettertechnik zu verbessern und sich nicht scheuen einmal etwas Verrücktes zu versuchen.

Sekundär Literatur: Lizenz zum Klettern 2.5 von Udo Neumann (ISBN 3-9804809-0-9)

Treffpunkt: Do 17:30 Uhr Kletterzentrum Schlieren
Kohlestrasse 12B, Industrie Gaswerk Nord
8952 Schlieren
Tel. 044 755 44 33
www.kletterzentrum.com

Sa wird am Donnerstag noch abgemacht

Ausrüstung: was man zum Klettern in der Halle so braucht. (Schlösschen **nicht** vergessen!)

Versicherung: obligatorisch, Sache der Teilnehmer

Kosten: Eintritt CHF 20.--

Anmeldung: bis Dienstag, 16.05.2006, bei Leonhard

Auskünfte: Leonhard Pang, Tel. G. 044 274 72 94, [bs06\(at\)steimann.li](mailto:bs06(at)steimann.li)