

CÉÛSE – DAS ULTIMATIVE TOPGEBIET EUROPAS

Coaching Kurs

Céüse ist bekannt für lange, harte und steile Routen, aber hier ist für jeden etwas dabei: von steil und henklig, über vertikal und technisch, von Einseillängen bis zu gut 100m langen Mehrseillängen Touren. Und dann ist da noch die Lage: die Klippen befinden sich auf einem fast 2000 m hohen Berg mit einem majestätischen Blick auf Südfrankreich. Dies ist ein großartiges Sommerziel für Sportkletterer, und oft kann gegen Abend noch den Profis zugeschaut werden, wie sie sich zum Beispiel in der ersten 9a+ der Welt „Biographie“ versuchen.

Inhalt / Ziel

Vielleicht kletterst du schon einige Zeit und machst keine Fortschritte mehr. Jetzt braucht es einen Blick von aussen und neue Impulse. Mit persönlichem Coaching bringen wir dich im technischen, taktischen und mentalen Bereich weiter. Eine individuelle Analyse hilft dir deine Stärken und Schwächen besser zu erkennen. Mit gezielten Übungen verbesserst du dein Kletterniveau und erhältst Tipps und Tricks um deine Leistung am Fels zu steigern. Sowie ermöglicht dir dieser Kurs, die schönen Klettergebiete und die tolle Landschaft zu geniessen. Das sind Kletterferien par excellence!

Datum / Bergführer/in

Sa. 01. bis Fr .07. Juni 2024

Roger Schäli

Anforderungen:

6b+ im Vorstieg, Klettergarten 1 oder ähnliche Ausbildung.

Programm

1. Tag Reise mit Auto ab Zürich/ Bern nach Tallard.
2. - 6. Tag: Wir klettern in den verschiedenen Sektoren von Céüse.
7. Tag: Rückreise in die Schweiz.

Leistung / Preis

Kleingruppe 4-6 Personen

Personen

Kosten CHF 1480.-

Inklusiv: Organisation, 6 Übernachtungen im Ferienhaus.

Ausbildung durch dipl. Bergführer.

Exklusiv: Reisekosten ca. CHF 200.- bis CHF 350.-, Nachtessen, Frühstück, Getränke und Zwischenverpflegung.

Unterkunft

Schönes Ferienhaus in Tallard

Treffpunkt / Reise

7:00 Uhr Bahnhof Zürich HB, überdachte Parkplätze gegenüber Landesmuseum.

8:30 Uhr Bahnhof Bern, Kurzzeitparkplatz auf dem Dach des Bahnhofs.

Persönliche Kletterausrüstung

Kletterschuhe, Klettergurt, Kletterhelm, 3 – 4 HMS Schraubkarabiner, Sicherungs- und Abseilgerät, 1 Bandschlinge 60cm, 1 Bandschlinge 120cm, Prusikschlinge, Magnesiumbeutel, Seile und Expressen (wird durch den Bergführer vor dem Kurs koordiniert).

Sonstiges

Kletterrucksack ca. 35l, Trekking- oder Zustiegsschuhe, der Jahreszeit angepasste Bekleidung, evtl. Skistöcke für den Auf- und Abstieg zur Wand (500Hm), Daunenjacke, Sonnen- und Regenschutz, Handtuch, Badesachen, Pass oder ID, Euro, Lunch für die ersten 3 Tage.

Kletterführer (fakultativ) Céüse, la falaise, 2023**AUSKUNFT UND ANMELDUNG**

Kletterschule YOYO

Tel. +41 79 683 06 51

yoyo@kletterschule.ch · www.kletterschule.ch

