

26-K30050H Klettern erleben - Bewegung und Koordination in der Senkrechten

Beginn	Donnerstag, 12.11.2026, 19:30 - 21:15 Uhr
Kursgebühr	36,00 €
Dauer	2 Termine
Kursleitung	Sektion Main-Spessart des DAV e.V.
Informationen	Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hallen-Turnschuhe und Verpflegung.
Kursort	Birkenfeld - Kletterhalle DAV, Weidenmühle 1, 97834 Birkenfeld

Für Teilnehmer ab 18 Jahren

Wer neue Wege sucht, um abwechslungsreich Haltung, Koordination sowie Körperspannung und Balance zu verbessern, kann durch Klettern seine Kraft steigern. Die Faszination des Kletterns liegt in der nötigen Konzentration, den gezielten Bewegungen und der anschließenden Entspannung und ist ein optimaler Alltagsausgleich. Klettern ist leicht erlernbar, auch Anfänger erleben schnell Erfolge: einfach mal ausprobieren und selbst die Erfahrung machen, gesichert unter Anleitung der Kletterbetreuer des DAV. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

In Zusammenarbeit mit dem DAV Sektion Main-Spessart.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
12.11.2026	19:30 - 21:15 Uhr	Birkenfeld - Kletterhalle DAV
26.11.2026	19:30 - 21:15 Uhr	Birkenfeld - Kletterhalle DAV

[zur Kursdetail-Seite](#)