

## Bouldern – das sanfte Klettern

**Termin:**  
**Donnerstag, 13.07.2023**

Info (Uhrzeit) & Anmeldung unter:  
T +43 1 513 15 30



Foto: pixabay

Bouldern leitet sich vom englischen Wort Boulder ab, das „Felsblock“ bedeutet. Bouldern ist das Klettern ohne Kletterseil und Klettergurt an diversen Wänden – wichtig dabei ist, dass dies immer in Absprunghöhe passiert. Wir werden uns dafür bei der Blockfabrik, der Kletterhalle im 5. Bezirk, treffen. Dort wird uns unser Outdoorpädagoge Wolfgang, der auch geprüfter Hochseilgarteninstructor ist, empfangen. Mit ihm gehen wir die ersten Griffe durch und nähern uns behutsam der Kletterwand, an der die unterschiedlichsten Fähigkeiten wie zum Beispiel Balance und Motorik gefragt sind und gefördert werden. Jede:r macht in ihrem/seinem Tempo mit. Das Verletzungsrisiko ist aufgrund der niedrigen Höhe sehr gering.  
(Dauer: ca. 3 Stunden ohne Rast)

### **BITTE BEACHTEN SIE:**

**Die Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Bitte melden Sie sich rechtzeitig ab, wenn Sie an der Veranstaltung doch nicht teilnehmen können.**

**pro mente Wien haftet nicht für Unfälle, Diebstähle oder sonstige Schäden während der Atempause Ambulant Aktivitäten. Die Teilnahme am Atempause Ambulantprojekt erfolgt auf eigene Verantwortung.**