

## **Infos für die Lehrkräfte**

### **Termine**

Bevorzugt sind Montag- und Dienstagvormittag. Hier schließen wir für Euch die Halle auf und Ihr habt die gesamte Halle für Euch allein. Auf Anfrage sind auch andere Termine möglich.

Anfrage per E-Mail an [info@rox-herrenberg.de](mailto:info@rox-herrenberg.de)

### **Preise**

Preis pro Schüler\*in: 7€ (Lehrkräfte haben freien Eintritt)

Preis Trainer\*in: 50€/1,5Std

Leihmaterial: 3€ Schuhe

### **Was wird benötigt?**

Mitzubringen sind Sportklamotten und saubere Turnschuhe. Kletterschuhe können auch für 3€ vor Ort ausgeliehen werden. Bei Bedarf kann Trinken und Essen mitgebracht oder vor Ort gekauft werden.

### **Seilklettern**

Beim Seilklettern wird die kletternde Person durch einen\*eine Partner\*in mit einem Seil gesichert, während sie Fels-oder künstliche Kletterwände erklimmt. Im ROX stehen dazu Wände mit bis zu 15m Höhe zur Verfügung.

### **Was ist zu beachten beim Seilklettern?**

Die nötige Erfahrung und/oder nötige Qualifikation des Sichernden ist hier Grundvoraussetzung. Gurte und Seile werden vor Ort gestellt bzw. können ausgeliehen werden.

### **Bouldern**

Bouldern ist das Klettern ohne Kletterseil und Gurt an Felsblöcken oder an künstlichen Kletterwänden in Absprunghöhe. Im ROX bis 4,5m Höhe, gesichert durch eine Weichbodenmatte. Jeder Boulder ist bei uns mit Startzetteln markiert, an denen mit den Händen gestartet wird. Der Boulder ist geschafft, wenn der Topgriff (oberster Griff) erreicht wird. Der Schwierigkeitsgrad der Boulder ist bei uns durch farbliche Griffe festgelegt (Gelb= sehr einfach, grün= einfach, weiß= mittel, blau= schwer, rot= hart, schwarz= sehr hart)

### **Was ist beim Bouldern zu beachten?**

Grundkenntnisse werden fürs Bouldern nicht benötigt. Es muss darauf geachtet werden, dass der Sturzraum der Kletternden immer frei ist. Die Schüler\*innen sollen nicht auf der Matte herumrennen, da es sonst zu Kollisionen mit Bouldernden kommen kann.