

KLETTERHALLENVERBAND KLEVER E.V.

HANDBUCH AUSBILDUNG DES KLETTERHALLENVERBANDES

Teil 2: Lehrtrainer

6. Oktober 2022



INHALTSVERZEICHNIS

Inhaltsverzeichnis

1 Ausbildungsstruktur	5
1.1 Allgemeine Übersicht zur Ausbildung vom Kletterhallenverband .	5
2 - KleVer Kletterbetreuer/in -	7
2.1 Tätigkeitsfeld	7
2.2 Zulassungsvoraussetzungen	7
2.3 Literatur	8
2.4 Prüfungen	8
2.5 Lizenzgültigkeit	9
2.6 Inhaltliche Kurzübersicht	9
2.7 Lehrgangsdauer	10
2.8 Thematischer und zeitlicher Ablauf	10
2.9 Allgemeine methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel:	10
2.10 Die vier Kernkompetenzen	11
2.11 Inhalte	12
2.11.1 Begrüßung	12
2.11.2 Kennenlernklettern	12
2.11.3 PSA-Schulung	16
2.11.4 Aufwärmspiele	17
2.11.5 Sicherungstechniken	18
2.11.6 Gruppenbetreuung	19
2.11.7 Recht	23
2.11.8 Themenvergabe & offene Fragen	26
2.11.9 Warm-up	26
2.11.10 Lehrproben	27
2.11.11 Abschlussgespräche	28
2.11.12 Kursabschluss	28
3 - KleVer Klettertrainer/in -	30
3.1 Tätigkeitsfeld	30
3.2 Zulassungsvoraussetzungen	30
3.3 Literatur	31
3.4 Prüfungen	31
3.5 Lizenzgültigkeit	32
3.6 Inhaltliche Kurzübersicht	32
3.7 Lehrgangsdauer	33
3.8 Thematischer und zeitlicher Ablauf	33
3.9 Allgemeine methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel:	34
3.10 Die vier Kernkompetenzen	34
3.11 Inhalte	35
3.11.1 Kursstart, Kennenlernen, Vorstellungsrunde & Erwartungen	35

INHALTSVERZEICHNIS

3.11.2	PSA- und Sicherheitschecks	37
3.11.3	Aufwärmung	40
3.11.4	Toprope- + Vorstiegsklettern & Sichern	41
3.11.5	Lehr- und Lernmethodik	42
3.11.6	Methodische Reihe: Sturztraining im Toprope und Vorstieg	44
3.11.7	Materialkunde	47
3.11.8	Sicherungsgeräte in Theorie und Praxis	49
3.11.9	Spotten	52
3.11.10	Überprüfung - Persönlichen Können 6. Grad UIAA Rot- punkt	53
3.11.11	Umgang mit Gewichtsunterschieden	54
3.11.12	Recht & Risikoprävention	55
3.11.13	Kinder & Pädagogik	57
3.11.14	Lehrdemonstration: Topropevermittlung	59
3.11.15	Lehrdemonstration: Vorstiegsvermittlung	61
3.11.16	Verletzungsprophylaxe	64
3.11.17	Übungslehrproben	67
3.11.18	Grundkenntnisse der Bewegungstechnik	68
3.11.19	Prüfung und Prüfungslehrproben	69
3.11.20	Abschlussrunde	70
4	- KleVer Techniktrainer/in -	72
4.1	Tätigkeitsfeld	72
4.2	Zulassungsvoraussetzungen	72
4.3	Literatur	72
4.4	Prüfungen	73
4.5	Lizenzgültigkeit	74
4.6	Inhaltliche Kurzübersicht	74
4.7	Lehrgangsdauer	74
4.8	Thematischer und zeitlicher Ablauf	75
4.9	Allgemeine methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel:	75
4.10	Inhalte	76
4.10.1	Kennenlernen	76
4.10.2	Lehren und Lernen	78
4.10.3	Klettern mit Videoaufzeichnung	79
4.10.4	Analyserunde	80
4.10.5	Demonstrationslehrprobe: Klettertechnik & Taktik	80
4.10.6	Phasenmodelle in der Theorie	82
4.10.7	Ökonomisches Klettern	82
4.10.8	Eigene Schraubbilder entwickeln und auf Eignung testen	84
4.10.9	Analyse der Kletterbewegungen	84
4.10.10	Technikerwerbs- & Technikanpassungstraining	85
4.10.11	Regeneration	88
4.10.12	Instant Übungslehrproben	89
4.10.13	Aufwärmen in Theorie & Praxis	90

INHALTSVERZEICHNIS

4.10.14 Klettertaktik Teil 1 in Theorie & Praxis)	91
4.10.15 Klettertaktik Teil 2 in der Praxis	93
4.10.16 Energiebereitstellung	95
4.10.17 Aufbau Krafttraining in der Praxis	95
4.10.18 Aufbau Ausdauertraining in der Theorie & Praxis	96
4.10.19 'Ausgleichstraining' – Mobilisation und Stabilisation in der Praxis	97
4.10.20 Be creative! – Individuelles Coaching und ungewöhnliche Wege gehen	98
4.10.21 Mentales Training I – Der Kopf ist der größte Muskel	100
4.10.22 Mentales Training II – Angst vor dem Stürzen – Sturztraining bzw. Ausstürzen für Fortgeschrittene	101
4.10.23 Überprüfung - Persönliches Können 8. Grad UIAA Rotpunkt	102
4.10.24 Prüfungslehrproben	103
4.10.25 Schlussbesprechung und Abschieds- und Feedbackrunde	104
5 - ZQ 'Ausbildung von KleVer-Kletterbetreuern/innen'	105
5.1 Tätigkeitsfeld	105
5.2 Zulassungsvoraussetzungen	105
5.3 Literatur	105
5.4 Qualifikation	106
5.5 Vorbereitung & praktische Lehrprüfung	106
5.6 Prüfungskriterien der Lehrprobe	107
6 - Prüfungslehrproben -	110
6.1 KleVer-Kletterbetreuer/in	110
6.1.1 Begrüßung und Aufwärmen	111
6.1.2 Gurte anziehen	114
6.1.3 Einbindeknoten	116
6.1.4 Sicherungsgerät und Hintersicherung	118
6.1.5 Betreuung Klettervorgang	120
6.1.6 Abschlussrunde + FAQ's	123
6.2 KleVer-Klettertrainer/in	125
6.2.1 Toprope: Gurt anziehen & Partnercheck Gurt	126
6.2.2 Toprope: Einbinden & Partnercheck Knoten (Achter)	130
6.2.3 Toprope: Sicherungsvermittlung Autotube & Partnercheck Sicherung	134
6.2.4 Toprope: Sturztraining	139
6.2.5 Toprope: PSA Normen und Zertifizierungen	143
6.2.6 Toprope: Umschulung von Autotube auf GriGri	146
6.2.7 Vorstieg: Einbinden & Partnercheck Knoten (Bulin)	149
6.2.8 Vorstieg: Sicherungsvermittlung Halbautomat	153
6.2.9 Vorstieg: 'Exen' klippen	157
6.2.10 Vorstieg: Bodennahes Sichern	161
6.2.11 Vorstieg: Seilführung & Sicherheitsrelevante Themen	165

INHALTSVERZEICHNIS

6.2.12	Vorstieg: Weiches Sichern	168
6.2.13	Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden I	172
6.2.14	Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden II	176
6.2.15	Vorstieg: Umschulung von Autotube auf GriGri	179
6.3	KleVer-Techniktrainer/in	182
6.3.1	Entkoppeltes Antreten	183
6.3.2	Drüber-&-Drauf frontal	186
6.3.3	Drüber-&-Drauf eingedreht	189
6.3.4	Greifen	192
6.3.5	Präzises Treten	195
6.3.6	Stützen & Spreizen	198
6.3.7	Gegendrucktechnik bzw. Piazen	201
6.3.8	Einfache Dynamos	204
6.3.9	Offene Tür 1 - Grundtechniken	207
6.3.10	Offene Tür 2 - Scheren & Pendeln	211
6.3.11	Offene Tür 3 - Ägypter	214
6.3.12	Offene Tür 4 - Hooks	217
7	- Theoretische Prüfung KKT -	220
7.1	Norm, Ausrüstung & Materialkunde	220
7.2	Rechtliche Grundlagen	222
7.3	Kursdurchführung	223
7.4	Pädagogik	224
7.5	Methodik	224
7.6	Sicherungstechnik	226
8	Ausrüstungsliste	228

1. AUSBILDUNGSSTRUKTUR

1 Ausbildungsstruktur

1.1 Allgemeine Übersicht zur Ausbildung vom Kletterhallenverband

Der Kletterhallenverband KleVer e.V. bietet eine Vielzahl an Ausbildungskursen an. Diese bauen unter Einhaltung definierter Eingangsvoraussetzungen aufeinander auf und sind auf die Bedürfnisse von am Markt kommerziell tätigen Kletterhallen zugeschnitten. In den Kursen stehen daher die Themen Betreuung und Ausbildung von Klettergästen im Bereich Sportklettern Indoor im Toprope und Vorstieg an normgerechten, künstlichen Kletteranlagen im Vordergrund. Zudem sollen Ausbildungskurse, die einen hohen Ausbildungsstand voraussetzen, Kletterhallenbetreibern/innen einen Mehrwert und einen einfachen Zugang hinsichtlich der Ausbildung und Organisation ihrer Trainer und Trainerinnen bieten und gleichzeitig einen hohen Standard und einen hohen Qualitätsanspruch in den von den Kletterhallenbetreibern/innen angebotenen Kursen setzen. Dies fördert die Kundenzufriedenheit und -bindung, steigert die Sicherheit beim Klettern und senkt das Risiko von Kletterunfällen, legt einen Rahmen rechtlicher Sicherheiten und die Gewährleistung eines Versicherungsschutzes des/r Mitarbeiters/in und der Kunden/innen und stellt sicher, dass Ausbildungsinhalte immer den aktuellen Normen, Methoden und Ansprüchen genügen.

Die kleinste Ebene unseres Kursprogramms bildet die Ausbildung zum/r KleVer-Kletterbetreuer/in. Mit diesem Kurs legen wir die fachliche, methodische und pädagogische Grundlage eines/r Kletterbetreuers/in. Mit erfolgreichem Bestehen sind die Kletterbetreuer/innen in der Lage, Kurse wie z.B. Schnupperklettern, Kindergeburtstage, Wandertage, etc. zu geben. Mit wachsender Arbeits Erfahrung kann die nächste Ausbildungsstufe erreicht werden, der/die KleVer-Klettertrainer/in. Diese/r darf in Ausbildungskursen Kunden/innen das Sichern vermitteln. Mit durchlaufener Zusatzqualifikation (ZQ) darf diese/r auch KleVer-Kletterbetreuer/innen ausbilden. Die nächste Stufe bildet der/die Techniktrainer/in. Diese/r ist perfekt vorbereitet, um allgemeine Trainings- und Technikinhalte zu vermitteln. Wer sich darüberhinaus noch weiterbilden bzw. im KleVer engagieren bzw. im operativen Bereich einer Kletterhalle arbeiten möchte, dem bietet der Klever weitere Möglichkeiten. Über den KleVer wird hierzu die Ausbildung zum/r Lehrtrainer/in angeboten, um neue Kletterbetreuer/innen und Klettertrainer/innen nach KleVer-Standard auszubilden. Mit durchlaufener Zusatzqualifikation (ZQ) darf diese/r auch KleVer-Techniktrainer/innen ausbilden. Weiterhin ist auch eine Ausbildung zum/r Cheftrainer/in möglich, welche/r als Assistent der Kletterhallengeschäftsführung für den reibungslosen Ablauf im Bereich des Personalmanagements, der Kursorganisation und der Schichtplanung sorgt. Die oberste Stufe im Bereich Ausbildung bildet die Mitarbeit im KleVer-Lehrteam zur Steigerung unserer Ausbildungsqualität. In Abbildung 1 ist die genaue Kursstruktur verdeutlicht und ersichtlich welche Vorqualifikationen für das Belegen aller Ausbil-

1. AUSBILDUNGSSTRUKTUR

ditionskurse erforderlich sind. Zudem wollen wir den Zugang von anderen anerkannten Fachverbänden ausgebildeter Trainern/innen vereinfachen und vereinheitlichen, da die Ausbildungskurse des KleVers immer populärer werden, gerade für Quereinsteiger/innen. Natürlich gehört zur Ausbildung auch die Pflicht sich als KleVer-Trainer/in regelmäßig auf den aktuellen Stand des Klettergeschehens zu bringen. Je nach Ausbildungsstand bieten wir diverse Fortbildungen (FB) verschiedener Themenbereiche an, welche ca. alle 2 Jahre verpflichtend sind. Doch auch ohne eine Pflicht bieten diese Fortbildungen den von uns ausgebildeten Trainern/innen einen großen Mehrwert in ihrer Kursarbeit.

Erläuterung Abbildung 1: Die durchgezogenen Pfeile symbolisieren den direkten Zugang zur nächsten Ausbildungsstufe. Ohne die erfolgreiche Teilnahme des zuvor geforderten Kurses, ist es nicht, möglich den gewünschten Ausbildungslehrgang zu belegen. Die ZQ 'Ausbildung von KleVer-Techniktrainern/innen' z.B. erfordert die erfolgreiche Teilnahme am Ausbildungskurs 'Techniktrainer/in' und 'Lehrtrainer/in für Sicherungstechnik', während die Mitarbeit im Lehrteam mindestens die erfolgreiche Teilnahme an der Ausbildung 'Lehrtrainer/in für Sicherungstechnik' erfordert. Je Ausbildungsniveau sind andere Fortbildungen nötig, da diese ggf. ein bestimmtes Wissensniveau voraussetzen. Die genauen Eingangsvoraussetzungen und Vorqualifikationen sind in den jeweiligen Ausbildungsstufen genauer definiert.

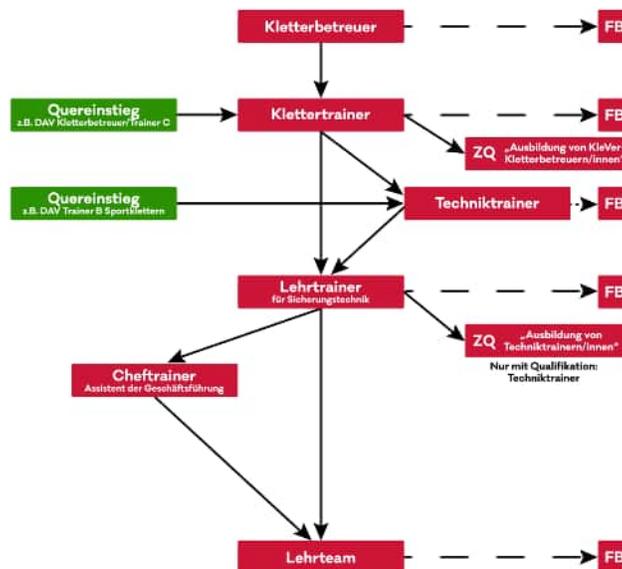


Abbildung 1: Die Ausbildungsstruktur des KleVers.

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

2 - KleVer Kletterbetreuer/in -

2.1 Tätigkeitsfeld

Ein/e KleVer-Kletterbetreuer/in darf Personen und Gruppen in Kletterkursen (wie z.B. Schnupperklettern, Teamevents, Kindergeburtstage, Wandertage) betreuen und diese sichern. Dies umfasst das Einweisen der Personen in mögliche Risiken während der Veranstaltung beim Aufenthalt im Kletterbereich und beim Ausführen des Klettersports, das Einweisen und Anleiten einer Teamsicherung sowie das Sichern von Teilnehmer/innen. Er/Sie darf jedoch keine Sicherungskennnisse bzw. sicherheitsrelevanten Lehrinhalte vermitteln und bildet keine Personen im Sichern aus. Dies ist Gegenstand anderer, weiterführender KleVer-Ausbildungen. Angeleitet werden dürfen je Kurs 6 Personen und max. 3 Seilschaften je Klettertrainer/in.

2.2 Zulassungsvoraussetzungen

Die Teilnahme an der Ausbildung zum/r KleVer-Kletterbetreuer/in unterliegt verschiedenen Voraussetzungen. Sind diese vor Kursbeginn nicht erfüllt bzw. können während des Ausbildungszeitraumes nicht unter Beweis gestellt werden, wird die Person nicht zur Ausbildung zugelassen bzw. kann den Kurs nicht erfolgreich durch die Vergabe einer Kletterbetreuerlizenz des KleVer's bestehen und ist dementsprechend im Namen des KleVer's nicht befugt Kletterkurse zu betreuen.

- Motivation: Bereitschaft zu Lernen und sich auf neue Dinge einlassen; Leidenschaft für den Klettersport
- Mindestalter: 16 Jahre
- Sicherungskönnen: Toprope zwingend / Vorstieg wünschenswert - Beherrschung eines Autotubers oder eines Halbautomaten (nach dem Kurs müssen beide Geräteklassen bekannt sein und beherrscht werden)
- Kletterkenntnisse: Inhalte KleVer- oder DAV-Kurs 'Kletterschein Toprope' müssen bekannt sein; Inhalte Kurs 'Kletterschein Vorstieg' wünschenswert; Topropeschein empfohlen; Vorstiegsschein wünschenswert
- Kletterkönnen: Toprope zwingend; Vorstieg wünschenswert; grundlegende Klettererfahrung; sicheres Klettern im 4. Grad UIAA im Toprope; ca. 100 Kletterstunden (kein Nachweis erforderlich)
- Hospitation (freiwillig): Vor oder nach dem Ausbildungskurs ist es sehr zu empfehlen Hospitationen im Umfang von 6 oder mehr Stunden in Kursen mit betreuendem Charakter (siehe Abschnitt: 2.1 durchzuführen; Hospitierende haben ausschließlich eine begleitende Funktion, sie übernehmen keine sicherheitsrelevanten Tätigkeiten während ihrer Hospitation

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Erste-Hilfe-Ausbildung: ein gültiger Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre; Nachweis muss mit Anmeldung eingereicht werden, sonst keine Zulassung
- Selbststudium: es werden Literaturempfehlungen zur Verfügung gestellt, die mit Ausbildungsbeginn durchgearbeitet werden müssen (siehe Einladung bzw. Handbuch Teil 1, Kapitel 2, KleVer-Kletterbetreuer/innen); Vorbereitung von 2-3 Aufwärmspielen und -übungen, die von dem/der Kursteilnehmer/in während des Lehrgangs angeleitet werden

2.3 Literatur

- Klettern - Sicherung und Ausrüstung - Alpin-Lehrplan 5 - DAV - Chris Semmel
- Klettern - Technik, Taktik, Psyche - Alpin-Lehrplan 2 - DAV - Michael Hoffmann
- Kletterspiele für Kletterwand und Turnsaal - ÖAV

2.4 Prüfungen

Im Kurs

- Praktische Überprüfung der Eingangsvoraussetzungen
 - Überprüfung des persönlichen Kletterkönnens; sicheres Klettern im 4. Grad UIAA im Toprope
 - Überprüfung des persönlichen Sicherungskönnens/ der Sicherungskennnisse im Toprope
 - Bei der Bewertung des Kletter- und Sicherungskönnens besitzen die Lehrtrainer/innen eigene Ermessensspielräume. Sollte ein/e Kursteilnehmer/in das Klettern im 4. Grad UIAA nicht sicher beherrschen, jedoch sehr gute Leistungen seiner/ihrer Sicherungsqualitäten unter Beweisstellen, geistig die Anforderungen an eine/n Kletterbetreuer/in vergegenwärtigt haben und verantwortungsbewusst danach handeln, so kann der/die Kursteilnehmerin im Ermessen der Lehrtrainer/innen dennoch bestehen. Jedoch sollte bei dieser Entscheidung jedem/r Lehrtrainer/in klar sein, dass ein/e Kletterbetreuer/in beim Auftreten in der Halle und beim privaten Klettern sich an der Wand sicherer und selbstbewusst bewegen muss.
 - Nach Überprüfung der Eingangsvoraussetzungen entscheidet der/die durchführende Lehrtrainer/in, ob der/die Teilnehmer/in den Ansprüchen des Lehrgangs gewachsen ist. Erfüllt der/die Teilnehmer/in die Anforderungen, nimmt diese/r am Lehrgang teil. Erfüllt diese/r die Anforderungen trotz Bewertungsspielräumen nicht, kann dennoch am Kurs teilgenommen werden. Das erfolgreiche Bestehen des Lehrgangs ist jedoch ausgeschlossen.

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Lehrproben
 - Erfolgreiches Bestehen einer Lehrprobe mit dem Thema 'Umgang mit Gruppen'; Mögliche Inhalte:
 1. Begrüßung & Allgemeine Sicherheits-/Verhaltensinstruktionen
 2. Auswahl & Anlegen von Klettergurten
 3. Erklärung: Ablauf der Kletteraktivität und Einbinden ins Seil
 4. Einführen in die Teamsicherung
 5. Anleiten einer 3er Seilschaft und Betreuung von Kletterdurchgängen
 6. Abschlussrunde & Kundenorientierte Beratung zum Klettern
- Abschlussgespräch - Persönliche Eignung zum/r Kletterbetreuer/in
 - Die persönliche Eignung zum/r KleVer-Kletterbetreuer/in wird über den gesamten Lehrgang hinweg geprüft und beurteilt. Auch hier besitzen die Lehrtrainer/innen einen Ermessensspielraum und müssen abschließend beurteilen, ob der/die Kursteilnehmer/in eine fachliche, pädagogische und soziale Kompetenz besitzt Gruppen und Personen anzuleiten. Gerade die soziale Kompetenz ist nicht unmittelbar vermittelbar. Sollte bspw. der/die Kursteilnehmer/in nicht in der Lage sein mit Personen respektvoll zu kommunizieren, muss seine/ihre Eignung infrage gestellt werden und das erfolgreiche Bestehen nicht gewährt werden.

2.5 Lizenzgültigkeit

Nach erfolgreichem Bestehen der Ausbildung zum/r KleVer-Kletterbetreuer/in wird eine Lizenz ausgehändigt, welche für 3 Jahre gültig ist. Innerhalb von 3 Jahren muss eine für KleVer-Kletterbetreuer/innen zugelassene KleVer-Fortbildung absolviert werden. Diese verlängert die Dauer der Lizenz um zwei Jahre. Innerhalb dieser Zeit muss eine weitere Fortbildung absolviert werden, um die Lizenz wiederholt um 2 Jahre zu verlängern.

2.6 Inhaltliche Kurzübersicht

- Grundlagen Materialkunde
- Grundlagen Recht & Risikoprävention als Kletterbetreuer/in
- Sicherungskennnisse & Sicherungstechniken vereinheitlichen (nach dem Kurs müssen sowohl allgemein Autotuber als auch Halbautomaten bekannt sein und jeweils ein Vertreter beherrscht werden)
- Gruppenbetreuung (Methodik & Didaktik für den Kursalltag, Abläufe von Gruppenveranstaltungen, Umgang mit Klettergurten, Aufbau und Betreuung einer 3er Seilschaft)

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Aufwärmen & Verletzungsprävention
- Spiele

2.7 Lehrgangsdauer

16 Zeitstunden (zzgl. Pausen) aufgeteilt auf 2 Tage

2.8 Thematischer und zeitlicher Ablauf

Tag 1	Uhrzeit	Tag 2	Uhrzeit
Begrüßung	09:00	Warm-up	09:00
Kennenlernklettern	10:00	Lehrproben	09:30
PSA-Schulung	12:00	- Pause -	13:00
- Pause -	13:00	Lehrproben	14:00
Aufwärmung	14:00	Abschlussgespräche	16:00
Sicherungstechnik	14:15	Abschluss, Feedback & offene Fragen	17:00
Gruppenbetreuung	16:00	Ende	18:00
Rechtliche Grundlagen	17:00		
Themenvergabe Lehrproben & offene Fragen	17:30		
Ende	18:00		

Der Plan kann und muss ggf. an die Rahmenbedingungen des jeweiligen Kurses bzw. der jeweiligen Kletterhalle, in der der Kurs stattfindet, angepasst werden. Die zeitliche Planung ist eine Empfehlung und wird sich ggf. von der eigenen Planung unterscheiden.

2.9 Allgemeine methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel:

Wichtige Punkte können bei theoretischen Abhandlungen generell auf einem Pin-Board o.Ä. gesammelt bzw. visuell dargestellt werden.

Den ganzen Zeitraum über soll es ausreichend Raum für Fragen & Feedback geben. Nach jedem Themenblock sollte es dementsprechend explizit angeboten werden offene Fragen zu klären. Jedoch sollten 'Off-topic'-Fragen auf die Mittagspause oder das Kursende verschoben werden. Feedback ist ein wertvolles Mittel, um die eigene Ausbilderrolle und -praxis stetig zu hinterfragen und zu verbessern. Deshalb wird das Instrument des Feedbacks, sowohl seitens des/der Lehrtrainer/innen als auch der Kursteilnehmer/innen untereinander über die gesamte Dauer des Kurses geübt und wertschätzend angewendet. Feedback ist frei von persönlichen Angriffen. Es beschreibt lediglich ein Verhalten bzw. eigene Reaktionen und Gefühle, bietet mögliche Lösungsansätze für Problemstellungen und Handlungsempfehlungen an und wird nicht vom Gegenüber kommentiert. Verständnisfragen sind erlaubt.

Jeweils zu Tagesbeginn und zum Tagesabschluss sollte eine etwa 5-minütige Befindlichkeitsrunde stattfinden, um Stimmungen und Dynamiken in der Gruppe zu erkennen und darauf reagieren zu können.

Lehrdemonstrationen sollen so gestaltet sein, dass die Kursteilnehmer/innen in die Rolle von Kunden/innen eines Kletterkurses schlüpfen. Dadurch erleben

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

die Kursteilnehmer/innen die Situation aus Kundensicht und können sich ggf. später besser in ihre eigenen Teilnehmer/innen hineinversetzen, sie bekommen Inspirationen, wie Themenblöcke und Einheiten in eigenen, späteren Kursen gestaltet werden können und der/die Lehrtrainer/in kann Wissen gleichzeitig, praktisch vermitteln. Je besser und authentischer die Lehrdemonstration, desto stärker ist der Lernerfolg der Kursteilnehmer/innen. Zudem sollen die Kursteilnehmer/innen nach jeder Lehrdemonstration diese hinsichtlich der im Kursverlauf vorgestellten methodischen und didaktischen Grundsätze und Lehrmethoden analysieren und reflektieren.

Kursbegleitende Powerpointpräsentationen können genutzt werden. Es empfiehlt sich diese nur im Bedarfsfall zu nutzen, da praktisches und schülerzentriertes Arbeiten die Kursteilnehmer*innen zum Denken anregt und aktiv einbindet, die Konzentrationsfähigkeit verbessert und Frontalunterricht inkl. Ablesen von Folien vermeidet.

2.10 Die vier Kernkompetenzen

Der/Die Lehrende hat einen sehr großen Einfluss auf den Lernerfolg des/r Auszubildenden. Vier Kernkompetenzen sind hier von besonderer Bedeutung (siehe Abbildung 3): die Personal-, Sozial-, Fach- und Methodenkompetenz. Für die Arbeit eines/r Kletterbetreuer/in bzw. -trainer/in sind alle Kompetenzen essenziell und müssen für die Eignung als Kletterbetreuer/in bzw. -trainer/in ausreichend vorhanden sein.

Sie sind aber auch innerhalb der Ausbildung und darüberhinaus erlernbar. Innerhalb der Kletterbetreuer- bzw. Klettertrainerausbildung können gezielt Fachwissen und Methodiken zur Wissensvermittlung geschult werden, die Personal- und Sozialkompetenz dagegen nur sehr bedingt. Kompetenzen wie Empathie, gut strukturierte Abläufe, Pünktlichkeit, Kommunikation, Gewissenhaftigkeit, Spontanität, Kreativität, Selbstvertrauen, Eigenmotivation und Fremdmotivation, Menschenkenntnis, etc. des/r Auszubildenden sind im Rahmen der Ausbildung über die Kürze der Zeit und die wenigen Lehrprobensituationen nur schwer zu trainieren. An dieser Stelle müssen die Betreuer- und Traineranwärter/innen die geforderten Kompetenzen mitbringen und/oder diese selbstständig (fortwährend) trainieren. Teilweise trägt die Existenz dieser Kompetenzen, aber überhaupt erst zu einem wesentlichen Teil zum Lernerfolg bei der Betreuer- und Traineranwärter/innen bei.

2.11 Inhalte

2.11.1 Begrüßung

Ziel: Die Eröffnung des Lehrgangs und das gegenseitiges Vorstellen der Kursteilnehmer/innen und Lehrtrainer/innen stehen hier im Vordergrund.

Inhalt:

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -



Abbildung 2: Kompetenzen des/r Lehrenden.

- Interaktive Begrüßungs- und Vorstellungsrunde der Kursteilnehmer/innen und Lehrtrainer/innen
 - 'Warum bin ich hier?'
 - 'Welche Vorkenntnisse besitze ich?'
 - 'Welche persönlichen Ziele habe ich?'
 - 'Was sind meine Wünsche und Erwartungen an den Kurs?'
 - 'Habe ich Befürchtungen?'
 - 'Wer bin ich?'
- Vorstellung des Kletterhallenverbandes
- Vorstellung des Kursablaufs

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Ziele, Erwartungen, Wünsche und Befürchtungen können auf einem Flipchart gesammelt werden und zur Auswertung in der Abschlussrunde genutzt werden.

2.11.2 Kennenlernklettern

Ziel: Die Lehrtrainer/innen sollen sich beim Klettern der Kursteilnehmer/innen ein Bild des Sicherungs- und Kletterkönnens machen. Es sollen allgemeine Grundsätze während des Lehrgangs und darüber hinaus erläutert werden: Aufwärmen vor dem Klettern, Aufbau einer korrekten Seilschaft, vollständiger Partnercheck, Trainercheck. Gemeinsam mit den Kursteilnehmern/innen soll ein kurzer Check des eigenen Klettermaterials erfolgen und durch das Auftreten und Verhalten der Lehrtrainer/innen soll die zukünftige Vorbildfunktion der angehenden KleVer-Kletterbetreuer/innen betont werden.

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

Inhalt:

- Vorstellung des Programmpunktes Kennenlernklettern
- Gesundheitscheck & Sicherheitsbelehrung: Abfrage von Verletzungen, Belehrung über Schmuck, Einhaltung der Sicherheitsstandards wie Partnercheck, festes Schuhwerk, etc. - für die gesamte Kursdauer und darüber hinaus.
- Hinweise zum Thema Aufwärmen, Aufwärmspiele & Verletzungsprävention und deren Sinnhaftigkeit für sich selbst und bei der Betreuung von Gruppen
 - Warum?
 - * Körper in Leistungsbereitschaft versetzen
 - * Durchblutung der Muskulatur verbessern
 - * Verletzungen und Überlastungen vorbeugen
 - * Psychische Vorbereitung & Verbesserung der Konzentration
 - * Hinweis: Aufwärmen ist sinnvoll, auch im Sommer
 - Wie?
 - * Unspezifisch z.B. durch Aufwärmspiele am Boden ohne Kletterbezug
 - * Spezifisch z.B durch Kletter- & Boulderspiele
- Materialcheck der Kursteilnehmer/innen
 - Gemeinsamer Materialcheck des Klettermaterials der Kursteilnehmer/innen zusammen mit den Lehrtrainern/innen.
- Standardisierung des Aufbaus einer korrekten Sicherungskette und der Kontrolle dieser auf Fehler vor dem Klettern
 - Partnercheck
 - * Wird haptisch und auf Sicht durchgeführt
 - * Jeder Punkt der Sicherungskette muss kontrolliert werden (Sitz und Verschluss des Gurtes, Einbindepunkt des Knotens, Richtigkeit des Knotens, Richtigkeit des eingelegten Sicherungsgeräts, Seilendknoten, Toprope-Stränge)
 - * Hinweis auf Eingriff in den Intimbereich: Erlaubnis des/r Partners/in einholen: 'Darf ich bei Dir einen Partnercheck durchführen?' Durch das Abfragen können Übergriffigkeiten bzw. den Verdacht darauf ausgeschlossen werden. Die Kursteilnehmer/innen müssen für dieses Thema für ihre Arbeit mit Kunden sensibilisiert werden.
 - Anseilpunkt & Knoten
 - * Empfehlung in Anfängerkursen: Achterknoten

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- * Jeder Knoten ist immer direkt in den Gurt einzubinden
- * Je nach Gurttyp ist es möglich sich direkt in die Einbindeschlaufe oder kombiniert in Hüft- und Beinstege einzubinden
- * Empfehlung in Anfängerkursen: In die Einbindeschlaufe, da bessere Übersichtlichkeit, geringere Fehleranfälligkeit (Bein- oder Hüftstege kann nicht vergessen werden), besser zu kontrollieren, Eingriff in Intimbereich
- * Generelle Empfehlung: Einbindeknoten ohne zusätzlichen Sicherheitsschlag binden, da bessere Übersichtlichkeit, geringere Fehleranfälligkeit, besser zu kontrollieren und bei richtig und festgezogenem Knoten nicht nötig
- Gewichtsunterschiede
 - * Kursteilnehmer/innen müssen auf die Thematik von Gewichtsunterschieden bei einer Seilschaft hingewiesen werden.
- Seilkommandos
 - * Im Deutschen werden ZU, IST ZU und AB verwendet
 - * Empfehlung: Mit Blickkontakt und Vornamen des/r Sicherers/in
- Sicherungsstandort und -position
 - * Nah an der Wand, seitlich um einen Meter versetzt zum Umlenker bzw. ersten Expressschlinge
- Umlenker
 - * Ist das Seil richtig und redundant im Toprope-Umlenker eingehangen
 - * In Routen mit starker Wandneigung, im Nachstieg (Expressschlingen ausklippen) klettern (Pendelsturzgefahr)
- Trainercheck
 - 'Was ist das?'
 - 'Wieso wird der über den gesamten Kurszeitraum von den Lehrtrainern/innen immer wieder gemacht?'
- Kennenlernklettern
 - Aufwärmen der Gruppe durch Kursteilnehmer/innen mittels vorbereiteter Spiele und Übungen
 - Klettern in 2er Seilschaften
 - 4-5 Routen je Kursteilnehmer/in inkl. Stürzen
 - Zeitlichen Rahmen definieren
 - Die Lehrtrainer/innen beobachten und beurteilen die Kursteilnehmer/innen hinsichtlich ihres Sicherungsverhaltens und der Beachtung der Sicherheitsaspekte; Ansprechen von Fehlern vor der Gruppe (ohne zu denunzieren), so dass alle profitieren können

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Beurteilungskriterien:
 - * Durchführung Partnercheck
 - * Sicherungskönnen
 - * allg. Beachtung der Sicherheitsaspekte
 - * Kletterkönnen bzw. Erfüllung der Eingangsvoraussetzung: sicheres Klettern im 4. Grad UIAA
 - * Umgang in der Gruppe (Sozialverhalten)
- Beurteilungsspielräume:
 - * Kletterkönnen: individuelle Bewertungsspielräume möglich
 - * Sicherungskönnen und Sicherheitsaspekte: keine Spielräume möglich
- Sollte ein/e Kursteilnehmer/in das Kletterkönnen bzw. Sicherungskönnen nicht bestehen, kann der Kurs nicht erfolgreich bestanden werden. Bitte sofortige Rückmeldung an den/die Kursteilnehmer/in
- Feedback
 - Gemeinsame Besprechung des Kennenlernkletterns
 - Ansprechen möglicher aufgefallener Punkte

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemein: Die Kursteilnehmer/innen sollen in entspannter Umgebung abwechselnd mit praktischen und theoretischen Themenblöcken auf ein Sicherheitsniveau gebracht werden, ein gemeinsames Verständnis von Sicherheit entwickeln und durch das Verhalten der Lehrtrainer/innen zu eigenem Vorbildverhalten in eigenen, späteren Kursen inspiriert werden. Zudem soll der Druck aus dem Abfragen des persönlichen Kletterkönnens herausgenommen werden.

Gesundheitsscheck: Bei Unannehmlichkeiten können auch Vier-Augen-Gespräche mit den Teilnehmern*innen zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen geführt werden.

Aufwärmen: Aufwärmen soll an dieser Stelle nicht nur theoretisch besprochen, sondern auch praktisch ausgeführt werden. Es soll sich vor, in oder nach anderen passenden Themenblöcken im Kursverlauf immer wieder gemeinsam spielerisch aufgewärmt werden. Durch die wiederholte Integration von Spielen über die gesamte Kursdauer vor, während, zwischen und nach einzelnen Themenblöcken durch die Kursteilnehmer/innen steigt die Konzentration der Kursteilnehmer/innen, wird der Kurs aufgelockert, kommen die Kursteilnehmer/innen ins Anleiten von Gruppen (gute Vorbereitung für die späteren Lehrproben), können die Kursteilnehmer/innen hinsichtlich ihrer methodischen und sozialen Kompetenzen beurteilt werden, erweitern alle ihr Spielerepertoire und jede/r Kursteilnehmer/in lernt, dass Aufwärmen kein notwendiges Übel sein muss, sondern sehr viel Spaß machen kann.

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

Materialcheck: Einerseits müssen sich an dieser Stelle die Lehrtrainer/innen selbst von der Tauglichkeit und Funktionstüchtigkeit des mitgebrachten Kletterequipments der Kursteilnehmer/innen überzeugen und andererseits sollen die Kursteilnehmer/innen selbst lernen nicht funktionstüchtiges bzw. gefährliches Klettermaterial zu erkennen und auszusondern. Es ist am Besten den Check in der Runde gemeinsam am eigenen Klettermaterial durch- und vorzuführen.

Trainercheck: Während des gesamten Kurszeitraumes sind die Lehrtrainer/innen dazu angehalten vor dem Losklettern einer Seilschaft einen Trainercheck durchzuführen, um die mögliche Gefahren ggf. auszuschließen (Garantenstellung, Verkehrssicherungs- und Sorgfaltspflicht). Die Teilnehmer/innen sollten darüber in Kenntnis gesetzt werden, dass dies zur Vorbildfunktion der Lehrtrainer/innen und zur gewohnten Kursroutine in diesem Kurs, und ihren eigenen Kursen, die sie nach dem Kurs als KleVer-Kletterbetreuer/in geben, gehört.

2.11.3 PSA-Schulung

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen die Einsatztauglichkeit der Klettermaterialien, die in ihren Kursen verwendet werden, beurteilen lernen und deren Belastbarkeit kennen.

Inhalt:

- Normen
 - Zertifizierung nach EN / UIAA
 - CE-Zeichen
- Bruchwerte (in Newton bzw. Kilonewton)
- Klettergurte
 - Lebensdauer
 - Schädigungen erkennen
 - Verwendete Gurttypen (Hüft-, Brust- und Komplettgurt)
 - Korrekte Bezeichnung der Gurtteile
 - Anseilpunkte
- Seile
 - Lebensdauer
 - Schädigungen erkennen
 - Relevante Seiltypen (dynamisches Einfachseil) und Aufbau (Kernmantelgeflecht)
- Karabiner

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Typen und Verschlussysteme (Schnapper, Schrauber, Safelock-Karabiner)
- Sicherungsgeräte
 - Geräteklassen (Manuelle Sicherungsgeräte, Autotuber, Halbautoma-
ten)
- Empfehlung: in Kursen NICHT mit eigenem oder hallenfremdem Material
arbeiten
- Eine tiefere Behandlung des Themas erfolgt in der KleVer-Klettertrainer-
Ausbildung

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Kursteilnehmer/innen und Lehrtrainer/innen sitzen im Kreis und behandeln das Thema PSA. Es wird auf das mitgebrachte Material aller sowie auf evtl. vorrätiges Anschauungsmaterial der Lehrtrainer/innen eingegangen. Die Wissensvermittlung wird optisch und haptisch durch die vorliegende Kletterausrüstung unterstützt. Durch die Auseinandersetzung mit den verwendeten Klettermaterialien und das behandeln der für den Kletterbetreuer relevanten PSA-Bereiche werden die benötigten Grundlagen zur Materialkunde vermittelt, ein grundlegendes Verständnis und Wissen aufgebaut sowie eine Sensibilisierung für das Thema PSA erzielt. Es kann ebenfalls zur Bebilderung und Unterstützung die angebotene Powerpointpräsentation verwendet werden. Es empfiehlt sich diese nur im Bedarfsfall zu nutzen, da praktisches und schülerzentriertes Arbeiten die Kursteilnehmer*innen zum denken anregt und aktiv einbindet, die Konzentrationsfähigkeit verbessert und Frontalunterricht inkl. Ablesen von Folien vermeidet.

2.11.4 Aufwärmspiele

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen das Aufwärmen in der Gruppe praktisch üben und sich für die kommende Einheit aufwärmen.

Inhalt: Die Aufwärmspiele bzw. Übungen werden in der Gesamtgruppe von den Kursteilnehmern/innen angeleitet.

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Kursteilnehmer/innen leiten das Aufwärmen an und kommen ins 'Machen'. Jede/r Kursteilnehmer/in kann eine kurze Aufwärmübung oder ein Kletterspiel in der Gruppe anleiten. Die Lehrtrainer/innen geben ggf. Hilfestellung. Es ist auf einen angemessenen Ort fürs Aufwärmprogramm zu achten, zusätzlich ist Umsichtig geboten und Rücksicht auf andere zu nehmen.

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

2.11.5 Sicherungstechniken

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen auf einen einheitlichen und aktuellen Sicherheitsstand Topropeklettern mit verschiedenen Sicherungsgeräten nach Lehrmeinung gebracht werden, sie sollen den korrekten Umgang mit den für den/die Kletterbetreuer/in relevanten Sicherungsgeräten aus den Bereichen Autotuber und Halbautomaten sowie den richtigen Umgang mit Gewichtsunterschieden erlernen.

Inhalt:

- Lehrtrainerdemonstration: Sicherung von Autotuber (Jul2 & Smart) und Halbautomaten (GriGri & Eddy) im Toprope mit anschließender Übungsphase (trocken und mit Kletterpartner/in) der Kursteilnehmer/innen
 - Funktionsweise
 - Karabinerabhängigkeit
 - Seildurchmesser
 - Bremsandpositionsabhängigkeit (Gerätelinie)
 - Seilhandling
 - Blockade
 - Ablassen
- Lehrtrainerdemonstration: Gewichtsunterschiede ausgleichen innerhalb der Trainersicherung und einer Teamsicherung (Kletterer/in ist mind. 10 bis 20 Kg schwerer als Sicherer/in) in Abhängigkeit von örtl. Gegebenheiten mit anschließender Übungsphase der Kursteilnehmer/innen
 - Sandsack (mit Karabiner und gestraffter Bandschlinge in Anseilschlaufe)
 - Z-Clipp
 - Ohm (ggf. Bauer)
 - Unterschiede, Vor- und Nachteile der Methoden erläutern

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Vermittlung von sicherheitsrelevanten Inhalten erfolgt lehrerzentriert. Die Lehrtrainer/innen zeigen den aktuellen Stand der Lehrmeinung. Während der Lehrdemonstration müssen die Lehrtrainer/innen eine klare Abgrenzung zum KleVer-Klettertrainer herstellen, der Sicherungswissen vermittelt, während der KleVer-Kletterbetreuer ausschließlich eine betreuende Funktion in Kursen übernimmt. Die Kursteilnehmer/innen sollten in den Übungsphasen lediglich leichte Routen unterhalb ihres max. Könnenniveaus klettern, da sich in beide praktischen Übungen auf das Sicherungsgeschehen fokussieren. Falls nötig kann auch mit Hintersicherung gearbeitet werden, sollte ein/e Kursteilnehmer/in Schwierigkeiten mit einem unbekanntem Sicherungsgerät haben. Die

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

Lehrtrainer/innen geben während dieser Phase ggf. Hilfestellungen und Tipps bzw. korrigieren ein falsches Handling.

Gewichtsunterschiede: Bei dem Thema Gewichtsunterschiede gibt es keine festen Vorgaben. Ein Empfehlung, die sich bisher bewährt hat: ab *10kg* über gewichtsreduzierende Maßnahmen nachdenken, ab *15kg* gewichtsreduzierende Maßnahmen ernsthaft in Erwägung ziehen, ab *20kg* gewichtsreduzierende Maßnahmen ergreifen. Gewichtsreduzierende Maßnahmen im Toprope wie im Vorstieg sind in folgender Reihenfolge, soweit umsetzbar wie folgt: Verwendung Ohm bzw. Bauer, Reibungs- bzw. Querklipp, Sandsack. Die korrekte Umsetzung sowie Vor- und Nachteile müssen bei Verwendung bekannt sein.

2.11.6 Gruppenbetreuung

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen lernen die Grundlagen der Gruppenbetreuung kennen und bekommen die Abläufe und Inhalte von Gruppenveranstaltungen vermittelt. Zudem erlernen sie grundlegende Fähigkeiten und Methoden für den Kursalltag als Kletterbetreuer/in

Inhalt:

- Die Lehrtrainer/innen geben den Kursteilnehmer/innen einen Überblick über methodische und didaktische Grundsätze:
 - Vom Leichten zum Schweren
 - Vom Einfachen zum Komplexen
 - Vom Bekannten zum Unbekannten
- Die Lehrtrainer/innen geben den Kursteilnehmer/innen einen Überblick über Lehrmethoden, die einzeln oder kombiniert bei der Wissensvermittlung angewandt werden können:
 - lehrerzentrierte/deduktive Methode: geeignet für sicherheitsrelevante Lehrinhalte: es werden direkt korrekte Abläufe erlernt und somit keine falschen Handhabungen einstudiert, es erfolgt eine sofortige Fehlerkorrektur
 - schülerzentrierte/induktive Methode: geeignet für bewegungstechnische Lehrinhalte: diese Methode lebt durch eigenständiges Bewegungslernen, individuelle Lösungsfindung und eine sehr profunde Verinnerlichung von Bewegungserfahrung, wodurch die Kletterer/innen für weitere Bewegungsprobleme ggf. schneller effiziente und kreative Lösungen finden
 - Analytisch-synthetische Methode: geeignet für komplexe Bewegungsabläufe: bei dieser Methode werden einzelne Teile der Gesamtbewegung isoliert vorgezeigt und geübt

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Ganzheitsmethode: geeignet für einfache Bewegungsabläufe: bei dieser Methode wird die Gesamtbewegung vorgezeigt und geübt
- Die Lehrtrainer/innen geben den Kursteilnehmer/innen einen Überblick die drei Lerntypen:
 - auditiv
 - visuell
 - haptisch
 - Alle drei Lerntypen sollen in Demonstrationen angesprochen werden
- Die Lehrtrainer/innen erläutern zwei bewährte Sicherungsmethoden in der Kursbetreuung:
 - Klettern mit Trainersicherung: geeignet für ein bis zwei Kunden/innen bzw. für Gruppen mit geistigen Defiziten, motorischen Einschränkungen, geringen Sicherungsambitionen oder Konzentrationsdefiziten. Vorteil: Die Kontrolle liegt bei dem/der Kursleiter/in. Nachteil: Es kann immer nur eine Person klettern je Kursleiter/in.
 - Klettern mit Teamsicherung mit Hintersicherung: geeignet für zwei bis sechs Personen; es können bis zu zwei Dreierseilschaften parallel betreut werden. Vorteile: Es können mehrere Personen klettern je Kursleiter/in und die Kunden/innen lernen ebenfalls Verantwortung zu übernehmen und beschäftigen sich tiefergehend mit dem Klettersport. Nachteil: Die Kontrolle wird partiell vom Kursleiter/in abgegeben. Ggf. birgt dies erhöhte Risiken.
- Lehrtrainerdemonstration: Betreuung von Gruppenveranstaltungen mittels analytisch-synthetischer Methode mit anschließender Übungsphase der Kursteilnehmer/innen. Sinnvolle Abschnitte:
 - Begrüßung & Sicherheitshinweise
 - Aufwärmen & Verletzungsprävention
 - Materialausgabe & Gurte anziehen
 - Einbindeknoten & Sicherungsgerät und Hintersicherung
 - Betreuung Klettervorgang inkl. Erklärung Ablauf für Kunden, Kundenpartnercheck & Trainercheck
 - Abschlussrunde & FAQ
- Detaillierte Erläuterung zu den Lehrdemonstrationen:
 - Sicherheitshinweise: Erläuterung der Hallen- & Verhaltensregeln (Schmuck ab, kein Lärm, etc.) und Hinweis auf Räumlichkeit (Wo sind relevante Orte wie WC, Umkleide, Schließfächer, etc.)
 - Aufwärmen: in der Regel reichen ein bis zwei unspezifische/spezifische Aufwärmspiele aus

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Materialausgabe: Eine Sichtprüfung des Materials auf Einsatztauglichkeit durch den/die Kursleiter/in ist sinnvoll. Ggf. müssen verschiedene Gurtgrößen beachtet werden (Kinder, Erwachsene). Bei Gewichtsunterschieden ist es sinnvoll benötigte Materialien wie Ohm oder Sandsäcke bereitzustellen.
- Gurte anziehen: Die Gurte werden Kunden/innen unverdreht ausgehändigt. Die Lehrtrainer/innen demonstrieren das Anziehen des Gurtes und geben dabei verbale Hinweise worauf zu achten ist. Kunden/innen ziehen sich die Gurte an. Ggf. individuelle Hilfestellung leisten und dabei den Eingriff in den Intimbereich beachten. Der/Die 'Kletterbetreuer/in' kontrolliert die Gurte bei allen 'Kunden/innen' auf einen korrekten Sitz und den Verschluss und gibt die Anweisung den Gurt nach der Kontrolle durch den/die 'Kletterbetreuer/in' nicht eigenständig zu verändern bzw. dies mit dem/der 'Kletterbetreuer/in' abzuklären und den Gurt ausziehen, wenn die Toilette aufgesucht wird.
- Einbindeknoten: Einen Knoten bei sich selber machen ist für Kletterer/innen normal, einen Knoten bei jemand anderem aus einer anderen Perspektive machen kann überfordern. Das Seil wird immer direkt in den Gurt eingebunden, nicht über einen Karabiner. Beim Einbinden durch den/die 'Kletterbetreuer/in' ist wiederholt der Eingriff in den Intimbereich zu beachten. Der/Die 'Kletterbetreuer/in' kontrolliert die Knoten auf Korrektheit und gibt die Anweisung den Knoten nach der Kontrolle durch den/die 'Kletterbetreuer/in' nicht eigenständig zu verändern.
- Sicherungsgerät + Hintersicherung: Empfehlung: Die Sicherung mit Halbautomaten (Eddy oder Grigri) in einer Teamsicherung ist spannter. Die Verwendung bestimmter Sicherungsgeräte hängt meist von der Vorgabe der Kletterhalle ab. Beim Einhängen des Sicherungsgerätes in die Sicherungsschleufe durch den/die 'Kletterbetreuer/in' ist wiederholt der Eingriff in den Intimbereich zu beachten. Der/Die 'Kletterbetreuer/in' kontrolliert das Sicherungsgerät auf Korrektheit und Funktionstüchtigkeit und gibt die Anweisung den Knoten nach der Kontrolle durch den/die 'Kletterbetreuer/in' nicht eigenständig zu verändern. Bei einer Trainersicherung kann auf eine Hintersicherung verzichtet werden. Bei einer Teamsicherung durch die 'Kunden/innen' braucht es in jedem Fall eine Hintersicherung. Es werden drei Möglichkeiten empfohlen (Vor- und Nachteile nach dem Abschnitt besprechen):
 - * Knoten
 - * Prusikknoten
 - * 2. Sicherungsgerät
- Betreuung Klettervorgang inkl. Erklärung Ablauf für Kunden/innen: Der/Die Kursleiter/in muss die Kommandos ZU und AB einführen

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

und erläutern. Alle Seilschaften sollten sich beim Klettern in unmittelbarer Entfernung befinden, um das Sicherungsgeschehen visuell beobachten und ggf. verbal und physisch eingreifen zu können. Des Weiteren sollten sich Kunden/innen, die das erste Mal klettern, sich auf 1,5 - 2m Höhe vor dem ersten Hochklettern einmal in den Gurt setzen.

- Kundenpartnercheck: Die 'Kunden/innen' können in den Partnercheck mit eingebunden werden, jedoch muss der/die 'Kletterbetreuer/in' an dieser Stelle klar darauf hinweisen, dass es sich lediglich um einen Kurs mit betreuendem Charakter handelt und dieser Kurs keine Ausbildung ersetzt. Durch das Einbeziehen in den Sicherheitscheck wird bei dem/der 'Kunden/in' die Aufmerksamkeit erhöht sowie das Sicherheits- und Verantwortungsbewusstsein gesteigert. Der 'Kundenpartnercheck' ersetzt in keiner Weise den Trainercheck.
- Trainercheck: Die 'Kunden/innen' müssen vor jedem Klettern darauf hingewiesen werden, dass zuvor in jedem Fall ein Trainercheck inkl. Check der Hintersicherung durchgeführt werden muss, dass der Klettervorgang bzw. das Ablassen (durch den/die 'Kunden/in) nur mit Hintersicherung erfolgt und wenn der/die 'Kletterbetreuer/in' dabei ist. Andernfalls sichert der/die 'Kletterbetreuer/in' oder lässt ab.
- Abschlussrunde: Die Kunden/innen müssen unbedingt nochmals darauf hingewiesen werden, dass sie nach diesem Schnupperklettern nicht in der Lage sind selbstständig die Sicherung einer Person beim Klettern zu übernehmen. Wenn man über einen zu kurzen Zeitraum Knoten und Sicherungstechniken gesehen hat, ersetzt das keinen Grundkletterkurs. Dafür bedarf es eines Grundkletterkurses nach offiziellen Standards. Weiterhin sollen an dieser Stelle noch offene Fragen der Kunden/innen geklärt werden. Zudem ist dies der richtige Zeitpunkt die diese auf weiterführende bzw. andere Kurse hinzuweisen.
- Übungsphase: Im Anschluss an die Lehrdemonstrationen inkl. Erläuterungen sollen die Kursteilnehmer/innen die Betreuung einer 3er-Seilschaft in Kleingruppen üben. Dabei nehmen alle die Position des Kletterbetreuers ein und üben in der Gruppe die Betreuung des Klettervorgangs einer 3er Seilschaft (kompletter Ablauf eines Kletter- und Ablassvorgangs). Sofern Kursteilnehmer/innen auch andere Abschnitte noch einmal selber üben wollen, sollte das an dieser Stelle möglich sein.

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Lehrdemonstration ist in die beschriebenen Abschnitte gegliedert. Diese Abschnitte sollen nicht sukzessive als ganze Lehrprobe durchgeführt werden, sondern nach jedem Abschnitt wird die Lehrdemonstration unterbrochen. Während der Unterbrechung sollen detaillierte Erläuterungen und Hinweise zum Thema des Abschnitts erfolgen, die Möglichkeit Fragen zu diskutieren

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

gegeben und im Anschluss daran notwendige praktische Teile mit den Kursteilnehmern/innen durchgespielt werden.

Das Thema Gruppenbetreuung mit Autobelaysystemen kann, wenn nötig oder zur Halle passend besprochen werden. Es gibt dazu jedoch keine offiziellen Standards. Es gelten die Vorgaben der Hersteller in den Bedienungsanleitungen und bedarf in jedem Fall einer individuellen Schulung der Kletterbetreuer*innen durch das Hallenpersonal und eine Einweisung in die Kursgebung durch die jeweilige Kletterhalle.

2.11.7 Recht

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen einen grundlegenden Überblick über die wichtigsten rechtlichen Aspekte der Tätigkeit als KleVer-Kletterbetreuer/in erhalten.

Inhalt:

- Tätigkeitsfeld KleVer-Kletterbetreuer/in
 - Sichern mit Trainersicherung bzw. Anleiten einer 3er-Seilschaft
 - Personen- bzw. Gruppenbetreuung (z.B. Schnupperklettern, Teamevents/
Gruppenveranstaltungen, Kindergeburtstage)
 - vermittelt KEINE Sicherungskennnisse / keine sicherheitsrelevanten Lehrinhalte die zum eigenständigen Klettern befähigen - er/sie bildet nicht aus (klare Abgrenzung zum KleVer-Klettertrainer
 - * Inhalte KKB-Ausbildung: Methodik zur Betreuung von Gruppen bei grundlegenden Kletteraktivitäten
 - * Inhalte KKT-Ausbildung: Methodik und Didaktik zur Wissensvermittlung im Bereich Sicherungstechnik
 - Rechtlich relevante Themenfelder:
 - * Aufsichtspflicht
 - * Informationspflicht
 - * Verkehrssicherungspflicht
 - * Sorgfaltspflicht
 - * Garantenstellung
 - Verhalten im Schadensfall, Erste Hilfe, Unfalldokumentation
 - Versicherungsschutz
 - * Kletterbetreuer/in muss versichert sein (ggf. bei dem/der Arbeitgeber/in erkundigen)
 - * ggf. private Berufshaftpflichtversicherung für Kletterbetreuer/-trainer abschließen (auf Trainermitgliedschaft im KleVer hinweisen)

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

Durchführung von Rollenspielen:

1. Aufsichtspflicht, Verkehrssicherungspflicht

- Kurssituation: Kletterbetreuer/in ist in einem Schnupperklettern und betreut gerade einen Klettvorgang. In dem Hallenbereich beginnen 4 Kinder fangen zu spielen. Dabei laufen Sie zwischen den Sicherern/innen hin und her und schreien laut, eine Aufsichtsperson ist nicht zu sehen.

2. Aufsichtspflicht, Sorgfaltspflicht, Garantenstellung

- Kurssituation: Kletterbetreuer/in ist in einem Schnupperklettern und betreut gerade einen Klettvorgang einer 3er Seilschaft mit Prusik-Hintersicherung. Bei der Nachbarseilschaft erkennt er/sie durch Zufall, dass das Sicherungsgerät, ein GriGri, trotz Partnercheck, bei Beginn des Kletterns falsch eingelegt wurde.

3. Informationspflicht, Sorgfaltspflicht, Garantenstellung

- Kurssituation: Die Teilnehmer/innen eines Schnupperkletterns tragen Schmuck in Form von Ringen, ein/e Teilnehmer/in hat lange offene Haare und ein/e Teilnehmer/in steckt gerade sein Smartphone in die Jogginghose. Alle möchten zügig mit dem Klettern beginnen, da sie sich schon sehr auf dieses Erlebnis freuen.

4. Informationspflicht, Sorgfaltspflicht, Garantenstellung

- Kurssituation: Während eines Schnupperkletterns mit zwei jungen Erwachsenen fällt dem/r Kletterbetreuer/in auf, dass die beiden sehr interessiert an Knoten und Sicherungstechniken sind und gerne mehr darüber erfahren möchten. Sie probieren die Knoten immer wieder selbst und wollen mehr Details zum verwendeten Sicherungsgerät (GriGri) wissen, dass für sie offensichtlich sehr einfach zu bedienen ist.

5. Aufsichtspflicht, Verkehrssicherungspflicht

- Kurssituation: Während der Betreuung einer Kindergruppe mit 6 Personen muss ein/e 5-jährige/r auf Toilette.

6. Verkehrssicherungspflicht

- Kurssituation: Die betreute Kundengruppe geht zum Schnupperklettern an die Topropewand. An der Wand steht ein Rucksack und es liegen Gurte rum.

7. Informationspflicht, Sorgfaltspflicht, Garantenstellung

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Kurssituation: Ein/e Chef/in eines namenhaften, großen Unternehmens hat in der Kletterhallen im Rahmen eines Betriebsausflugs für ca. 20 Teilnehmer/innen ein Firmenevent mit Catering gebucht. Der/Die Chef/in möchte zum Klettern seinen Ehering nicht abnehmen. Er/Sie behauptet außerdem, der Ringe ginge gar nicht mehr ab. Auch auf mehrfaches Bitten der Kursleiter/innen beharrt es/sie auf seinem Ehering.

8. Informationspflicht, Sorgfaltspflicht, Garantenstellung

- Kurssituation: Der/Die Kletterbetreuer/in ist mit einem/r Freund/in in seiner/ihrer Freizeit am Klettern. In einer Nachbarseilschaft sichert jemand mit HMS und ist dabei barfuß.

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Der gesamte Themenblock ersetzt keine Rechtsberatung und ist auch nicht verbindlich. Er fasst lediglich zusammen, was sich an Verhaltensweisen über Jahre hinweg bewährt hat und durch Gerichtsentscheidungen geklärt wurde. Die Vermittlung der rechtlich relevanten Themenfelder erfolgt in dieser Einheit durch den/die Lehrtrainer/in (Lehrtraindemonstration) praxisorientiert in Form von beispielhaften Szenarien und Rollenspielen. Anschließend werden die Inhalte in der Gruppe nochmal strukturiert zusammengetragen. Der Punkt Recht greift in viele andere Einheiten über und wird dort situationsangepasst mit vermittelt. Speziell im Bereich der Gruppenbetreuung wird dies immer wieder mit einbezogen.

Methodisch ist es sinnvoll die für Kletterbetreuer/innen relevanten rechtlichen Punkte direkt im Anschluss an das jeweilige Rollenspiel aufzugreifen und anhand des Rollenspiels die Punkte Aufsichtspflicht, Informationspflicht, Verkehrsicherungspflicht, Sorgfaltspflicht und Garantenstellung zu erläutern bzw. die Aufgaben eines/r Kletterbetreuers/in verständlich zu machen. Es bedarf keiner Präsentationen bzw. theoretischer Erklärungen. Es müssen nicht alle Rollenspiele durchgeführt werden. Vielmehr können einzelne ausgewählte Situationen durchgeführt bzw. auch eigene erdacht werden.

Hintergrundwissen zum Thema Recht findet sich im Handbuch Teil 1. Darauf sollte der/die Ausbilder/in zurückgreifen und im Bedarfsfall zurückgreifen. Das Thema Recht wird ausführlich anhand von Gesetzen in der KleVer-Klettertrainerausbildung besprochen.

2.11.8 Themenvergabe & offene Fragen

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen die Themen ihrer Lehrproben für den nächsten Tag erhalten und mögliche Fragen dazu klären. Zudem sollen sie die Möglichkeit bekommen noch offene Fragen des Kurstages zu klären.

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

Inhalt:

- Prüfungslehrproben:
 - Begrüßung und Aufwärmen
 - Gurte anziehen
 - Einbindeknoten
 - Sicherungsgerät und Hintersicherung
 - Betreuung Klettervorgang inkl. Erklärung Ablauf für Kunden
 - Abschlussrunde & FAQ

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Vergabe der Themen für die Lehrproben sowie die Klärung von Fragen dazu erfolgt in lockerer Runde mit allen Kursteilnehmern/innen. Genauso werden noch offene Fragen zum ersten Kurstag besprochen und anschließend in einer gemeinsamen Abschlussrunde Kurstag beendet. Ablauf der Lehrproben: Jede/r Kursteilnehmer/in führt eine Lehrprobe als Abschlussprüfung durch. Jedes der 6 Themen wird durch eine/n Kursteilnehmer/in behandelt, bei größerer Kursteilnehmerzahl können zwei Personen das gleiche Thema behandeln und auch zusammen vorbereiten, jedoch in getrennten Gruppen (bei 2 Ausbildern/innen) präsentieren. Es sollen nur kurze Ausschnitte eines 'Schnupperkletternkurses' präsentiert werden.

2.11.9 Warm-up

Ziel: Der 2. Kurstag wird zusammen in der Gruppe eröffnet und noch aufgekommene Fragen geklärt. Die Kursteilnehmer/innen sollen sich gemeinsam aufwärmen und für ihre Lehrproben vorbereiten.

Inhalt:

- Eröffnungsrunde des zweiten Kurstages und Begrüßung der Kursteilnehmer/innen
- Klärung aufgekommener Fragen sowie Rückmeldungen zu Befindlichkeiten und Gesundheit seit dem Vortag
- Überblick zum Tagesablauf
- Aufwärmspiele und -übungen

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Kursteilnehmer/innen leiten wiederholt Aufwärmspiele und -übungen an.

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

2.11.10 Lehrproben

Ziel: Jede/r Kursteilnehmer/in führt als Abschlussprüfung eine Lehrprobe durch, die bewertet wird.

Inhalt: Es werden Kleingruppen gebildet; je Lehrtrainer/in max. 6 Kursteilnehmer/innen. Alle 6 Themen der Lehrproben sollten je Kleingruppe vorhanden sein. Jeweils ein/e Kursteilnehmer/in übernimmt in seiner/ihrer Prüfungslehrprobe die Rolle der Kursleitung und die übrigen 5 Teilnehmer/innen die Rolle der Kunden/innen. Die zeitliche Durchführung der Lehrprobe liegt bei 10 bis max. 20 Minuten je nach Thema. Anschließend sind 10 bis 15 Minuten Zeit zur Auswertung vorgesehen. Die Auswertung der Lehrprobe umfasst die Selbstwahrnehmung des Prüflings, die Kursteilnehmerwahrnehmung und die Bewertung des/r Lehrtrainers/in. Die Situations- bzw. Aufgabenbeschreibung und die Bewertung der Lehrproben erfolgt mit Hilfe einer Checkliste zur Lehrprobe (siehe Kapitel 6).

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Aufgabenbeschreibung und die Checkliste können gerne an die Prüflinge vorab zur Vorbereitung verteilt werden. In der Regel gibt es dazu Fragen seitens der Prüflinge. Die Checkliste soll zum Ende der Lehrprobe von dem/r Lehrtrainer/in ausgefüllt worden sein und bei der Bewertung der Lehrprobe unterstützen. Am Besten wird die Checkliste und die Bewertung der Lehrprobe nach Abschluss des Kurses an den KleVer zur Dokumentation geschickt.

Die Auswertung bzw. Feedbackrunde sollte so gestaltet sein, dass der/die Kursleiter/in sich mitteilen kann wie es ihr ergangen ist und wo sie selber ihre Stärken gesehen hat bzw. was sie beim nächsten Mal anders machen würde. Das Feedback der übrigen Kursteilnehmer/innen sollte sich kurz halten. Jede Person sollte max. ein Augenmerk nennen, was der/die Kursleiter/in gut gemacht hat und max. ein Augenmerk, was sie an seiner/ihrer Stelle anders gemacht hätten. Feedback soll nicht kommentiert werden bzw. sollte es keine Diskussion nach dem Mitteilen der Fremdwahrnehmung geben.

2.11.11 Abschlussgespräche

Ziel: Der/Die Lehrtrainer/in beurteilt die Eignung der Kursteilnehmer/innen als zukünftige Kletterbetreuer/innen und teilt ihnen diese Beurteilung in einem persönlichen Abschlussgespräch mit. Bei erfolgreichem Lehrgang erhalten die Kursteilnehmer/innen die Kletterbetreuerurkunde und bei Vorlage der Hospitationen und des Erste-Hilfe-Scheins die Kletterbetreuerlizenz.

Inhalt:

- Bewertungskriterien/Kernkompetenzen

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

- Fachliche Eignung
- Pädagogische Eignung
- Soziale Eignung
- Persönliche Eignung

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise &

Stilmittel: Die Kursteilnehmer/innen sollen in den individuellen Abschlussgesprächen vom Lehrtrainer ein konstruktives Feedback sowie eine Beurteilung zur Eignung als Kletterbetreuer erhalten. Es soll als Grundlage dienen sich zu verbessern und weiterzuentwickeln. Um den Kursteilnehmern/innen eben ein solches Feedback geben zu können, müssen sich die Lehrtrainer/innen zuvor folgende Frage stellen: 'Denke ich, dass der/die Kursteilnehmer/in fachlich, sozial, pädagogisch und persönlich zum/r Kletterbetreuer/in geeignet ist?' Bei einem Lehrgang mit 2 Lehrtrainern/innen nehmen beide am Abschlussgespräch teil. Das Gespräch soll ca. 5 - 10min in Anspruch nehmen. Das Abschlussgespräch soll mit Fingerspitzengefühl, aber auch klar und deutlich, geführt werden. Die Tätigkeit als Kletterbetreuer/in ist wichtig, da sie der Erstkontakt für Kletterinteressierte und somit für potentielle Neukunden/innen der Hallen sind. Ggf. können die Lehrtrainer/innen ebenfalls Tipps mit auf den Weg geben, wie ein/e Kursteilnehmer/in (bei Bestehen oder Nicht-Bestehen) wenig ausgebildete Kernkompetenzen stärken kann (z.B: weitere Hospitationen vor erstem alleinigen Kurs). Nach der Beurteilung und bei erfolgreichem Lehrgang erhalten die Teilnehmer/innen ihre KleVer-Kletterbetreuerurkunden.

2.11.12 Kursabschluss

Ziel: Es sollen noch offene Fragen der Kursteilnehmer/innen geklärt, Rückmeldungen zum Lehrgang gegeben und der Lehrgangsabschluss erfolgen.

Inhalt:

- Gesammelte Punkte aus der Begrüßungsrunde aufgreifen und auswerten
- Klärung noch offener Fragen
- Feedback zum Lehrgang und zu den Lehrtrainern/innen
- Ausblick auf Fortbildungen und weitere Ausbildungsmöglichkeiten etc.
- Hinweise zu Ansprechpartner/in im KleVer und Newsletter
- Befindlichkeitsrunde
- Verabschiedung

2. - KLEVER KLETTERBETREUER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die gesammelte Punkte aus der Begrüßungsrunde können z.B. von einem Pin-Board entfernt werden, wenn die Erwartungen erfüllt wurden bzw. wenn angebrachte Punkte noch offen sind, verbleiben sie am Board und regen zum eigenen Weiterlernen und Fortbilden der Lehrtrainer/innen an. Durch das Entfernen der erfüllten Punkte entsteht ein Erfolgsgefühl in der Gruppe, zu dem was die Kursteilnehmer/innen in zwei Tagen erreicht haben. In der Feedbackrunde zum Lehrgang und zu den Lehrtrainern/innen sollen die Kursteilnehmer/innen gebeten werden ein offenes und ehrliches Feedback abzugeben. Andernfalls kann das Feedback von den Kursteilnehmern/innen auch direkt in den Abschlussgesprächen erfolgen.

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

3 - KleVer Klettertrainer/in -

3.1 Tätigkeitsfeld

Ein/e KleVer-Klettertrainer/in darf Personen und Gruppen in Kletterkursen (wie z.B. Kletterschein Toprope, Kletterschein Vorstieg) Sicherungskennnisse bzw. sicherheitsrelevanten Lehrinhalte vermitteln und bildet Personen im Sichern aus. Mit einer Zusatzqualifikation 'Ausbildung von KleVer-Kletterbetreuern/innen' über 2 Tage, darf ein/e KleVer-Klettertrainer/in ebenfalls (ausschließlich) KleVer-Kletterbetreuern/innen ausbilden (siehe Kapitel Fortbildungen und Zusatzqualifikationen). Angeleitet werden dürfen je Kurs 6 Personen und max. 3 Seilschaften je Klettertrainer/in.

3.2 Zulassungsvoraussetzungen

Die Teilnahme an der Ausbildung zum/r KleVer-Klettertrainer/in unterliegt verschiedenen Voraussetzungen. Sind diese vor Kursbeginn nicht erfüllt bzw. können während des Ausbildungszeitraumes nicht unter Beweis gestellt werden, wird die Person nicht zur Ausbildung zugelassen bzw. kann den Kurs nicht erfolgreich durch die Vergabe einer Klettertrainerlizenz des KleVers bestehen und ist dementsprechend im Namen des KleVers nicht befugt Sicherungskennnisse zu vermitteln.

- Motivation: Bereitschaft zu Lernen und sich auf neue Dinge einlassen; Leidenschaft für den Klettersport
- Mindestalter: 18 Jahre
- Qualifikation: Muss erfolgreich eine KleVer-Kletterbetreuerausbildung mit aktuell gültiger Lizenz bei Anmeldung abgeschlossen haben
- Arbeitserfahrung: Ausreichende Erfahrung als Kletterbetreuer/in; ca. 50 bis 75 h in Kletterkursen
- Sicherungskönnen: min. 2 Sicherungsgeräte aus 2 unterschiedlichen Geräteklassen müssen im Toprope und Vorstieg beherrscht werden (Autotuber, Halbautomaten, manuelle Sicherungsgeräte)
- Kletterkönnen: Sicheres Klettern im 6. Grad UIAA im Vorstieg
- Erste-Hilfe-Ausbildung: ein gültiger Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre; Nachweis muss mit Anmeldung eingereicht werden, sonst keine Zulassung
- Selbststudium: es werden Literaturempfehlungen zur Verfügung gestellt, die mit Ausbildungsbeginn durchgearbeitet werden müssen

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

3.3 Literatur

- Klettern - Sicherung und Ausrüstung - Alpin-Lehrplan 5 - DAV - Chris Semmel
- Klettern - Technik, Taktik, Psyche - Alpin-Lehrplan 2 - DAV - Michael Hoffmann
- Kletterspiele für Kletterwand und Turnsaal - ÖAV

3.4 Prüfungen

Im Kurs

- Praktische Überprüfung der Eingangsvoraussetzungen
 - Überprüfung des persönlichen Kletterkönnens; sicheres Klettern im 6. Grad UIAA im Vorstieg Rotpunkt
 - Bei der Bewertung des Kletterkönnens besitzen die Lehrtrainer/innen eigene Ermessensspielräume. Sollte ein/e Kursteilnehmer/in das Klettern im 6. Grad nicht sicher beherrschen, jedoch sehr gute Leistungen seiner/ihrer Lehrtätigkeit unter Beweisstellen, so kann der/die Kursteilnehmerin im Ermessen der Lehrtrainer/innen dennoch bestehen. Jedoch sollte bei dieser Entscheidung jedem/r Lehrtrainer/in klar sein, dass ein/e Klettertrainer/in beim Auftreten in der Halle und beim privaten Klettern sich an der Wand sicher und selbstbewusst bewegen muss.
 - Nach Überprüfung der Eingangsvoraussetzungen entscheidet der/die durchführende Lehrtrainer/in, ob der/die Teilnehmer/in den Ansprüchen des Lehrgangs gewachsen ist. Erfüllt der/die Teilnehmer/in die Anforderungen, nimmt diese/r am Lehrgang teil. Erfüllt diese/r die Anforderungen trotz Bewertungsspielräumen nicht, kann dennoch am Kurs teilgenommen werden. Das erfolgreiche Bestehen des Lehrgangs ist jedoch ausgeschlossen.
- Theoretische Endprüfung
- Lehrproben
 - Erfolgreiches Bestehen einer Lehrprobe mit dem Thema 'Vermittlung von Sicherungstechnik'; Mögliche Inhalte:
 1. Toprope: Gurt anziehen & Partnercheck Gurt
 2. Toprope: Einbinden & Partnercheck Knoten (Achter)
 3. Toprope: Sicherungsvermittlung Autotube & Partnercheck Sicherung
 4. Toprope: Sturztraining
 5. Toprope: PSA Normen und Zertifizierungen

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

6. Toprope: Sicherungsgeräteumschulung
 7. Vorstieg: Einbinden & Partnercheck Knoten (Doppelter Bulin)
 8. Vorstieg: Sicherungsvermittlung Halbautomat
 9. Vorstieg: 'Exen' klippen
 10. Vorstieg: Bodennahes Sichern
 11. Vorstieg: Seilführung & Sicherheitsrelevante Themen
 12. Vorstieg: Weiches Sichern
 13. Vorstieg: Sicherungsgeräteumschulung
 14. Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden I
 15. Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden II
- Abschlussgespräch - Persönliche Eignung zum/r KleVer-Klettertrainer/in
 - Die persönliche Eignung zum/r KleVer-Klettertrainer/in wird über den gesamten Lehrgang hinweg geprüft und beurteilt. Auch hier besitzen die Lehrtrainer/innen einen Ermessensspielraum und müssen abschließend beurteilen, ob der/die Kursteilnehmer/in eine fachliche, pädagogische und soziale Kompetenz besitzt Gruppen und Personen anzuleiten. Gerade die soziale Kompetenz ist nicht unmittelbar vermittelbar. Sollte bspw. der/die Kursteilnehmer/in nicht in der Lage sein mit Personen respektvoll zu kommunizieren, muss seine/ihre Eignung infrage gestellt und das erfolgreiche Bestehen nicht gewährt werden.

Nach dem Kurs Es wird empfohlen, im Anschluss an den Kurs Hospitationen in Toprope- und Vorstiegskursen zu durchlaufen sowie eine stetige Weiterbildung in den relevanten Themenbereichen zu verfolgen, z.B. im Selbststudium einschlägiger Literatur sowie durch Fortbildungen des KleVers.

3.5 Lizenzgültigkeit

Nach erfolgreichem Bestehen der Ausbildung zum/r KleVer-Klettertrainer/in wird eine Lizenz ausgehändigt, welche für 3 Jahre gültig ist. Innerhalb von 3 Jahren muss eine für KleVer-Klettertrainer/innen zugelassene KleVer-Fortbildung absolviert werden. Diese verlängert die Dauer der Lizenz um zwei Jahre. Innerhalb dieser Zeit muss eine weitere Fortbildung absolviert werden, um die Lizenz wiederholt um 2 Jahre zu verlängern.

3.6 Inhaltliche Kurzübersicht

- Aufwärmung & Verletzungsprophylaxe
- Erweiterte Lehr- & Lernmethodik

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Lehrdemonstrationen: Vermittlung von Toprope- und Vorstiegsinhalten
- Sturzicherungstraining im Toprope und Vorstieg & Methodische Reihe
- Grundlagen Recht & Risikoprävention als Klettertrainer/in
- Sichern, Klettern, Seilführung, Sturzicherung, Stürzen im Toprope & Vorstieg
- Erweiterte Materialkunde
- Sicherungsgeräte: Funktionsweise und Bedienung
- Umgang mit Gewichtsunterschieden
- Sinnvoll Spotten
- Ablauf Toprope- und Vorstiegskurs
- Spiele & Pädagogik
- Grundkenntnisse der Bewegungstechnik - falls zeitlich möglich - nur als AddOn - wird im KleVer-Techniktrainer ausführlich behandelt

3.7 Lehrgangsdauer

40 Zeitstunden (zzgl. Pausen) aufgeteilt auf 5 Tage

3.8 Thematischer und zeitlicher Ablauf

Uhrzeit	Tag 1	Tag 2	Tag 3	Tag 4	Tag 5
09:00	Kursstart; Kennenlernen; Vorstellungsrunde; Erwartungen PSA- & Sicherheitschecks; Aufwärmung; Toprope- + Vorstiegs- klettern & Sichern	Morgenrunde & Aufwärmung Materialkunde; Sicherungs- geräte in Theorie & Praxis; Spot- ten	Morgenrunde & Aufwärmung Kinder & Pädagogik; Lehrdemon- strationen: Toprope- vermittlung	Morgenrunde & Aufwärmung Verletzungs- prophylaxe; Übungslehr- proben Siche- rungstechnik	Morgenrunde & Aufwärmung Theoretische Prüfung; Vor- bereitung Prüfungslehr- proben
13:00	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause
14:00	Lehr- & Lern- methodik; Me- thodische Rei- he: Sturztrai- ning im Topro- pe und Vor- stieg	Überprüfung persönliches Können; Um- gang mit Gewichts- unterschieden; Recht & Risi- koprävention	Lehrdemon- strationen: Vorstiegs- vermittlung	Übungslehr- proben Siche- rungstechnik; (Grundkennt- nisse der Bewegungs- technik - falls zeitlich möglich)	Prüfungslehr- proben; Ab- schlussrunde
17:30	Abschlussrunde	Abschlussrunde	Abschlussrunde	Abschlussrunde	Kursabschluss
18:00	Ende	Ende	Ende	Ende	Ende

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Der Plan kann und muss ggf. an die Rahmenbedingungen des jeweiligen Kurses bzw. der jeweiligen Kletterhalle, in der der Kurs stattfindet, angepasst werden. Die zeitliche Planung ist eine Empfehlung und wird sich ggf. von der eigenen Planung unterscheiden.

3.9 Allgemeine methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel:

Wichtige Punkte können bei theoretischen Abhandlungen generell auf einem Pin-Board o.Ä. gesammelt bzw. visuell dargestellt werden.

Den ganzen Zeitraum über soll es ausreichend Raum für Fragen & Feedback geben. Nach jedem Themenblock sollte dies dementsprechend explizit angeboten werden noch offene Fragen zu klären. Jedoch sollten 'off-topic'-Fragen auf die Mittagspause oder das Kursende verschoben werden. Feedback ist ein wertvolles Mittel, um die eigene Ausbilderrolle und -praxis stetig zu hinterfragen und zu verbessern. Deshalb wird das Instrument des Feedbacks, sowohl seitens des/der Lehrtrainer/innen als auch der Kursteilnehmer/innen untereinander über die gesamte Dauer des Kurses geübt und wertschätzend angewendet. Feedback ist frei von persönlichen Angriffen. Es beschreibt lediglich ein Verhalten bzw. eigene Reaktionen und Gefühle, bietet mögliche Lösungsansätze für Problemstellungen und Handlungsempfehlungen an und wird nicht vom Gegenüber kommentiert. Ggf. Verständnisfragen sind erlaubt.

Jeweils zu Tagesbeginn und zum Tagesabschluss sollte eine etwa 5-minütige Befindlichkeitsrunde stattfinden, um Stimmungen und Dynamiken in der Gruppe zu erkennen und darauf reagieren zu können.

Lehrdemonstrationen sollen so gestaltet sein, dass die Kursteilnehmer/innen in die Rolle von Kunden/innen eines Kletterkurses schlüpfen. Dadurch erleben die Kursteilnehmer/innen die Situation aus Kundensicht und können sich ggf. später besser in ihre eigenen Teilnehmer/innen hineinversetzen. Sie bekommen zudem Inspirationen, wie Themenblöcke und Einheiten in eigenen, späteren Kursen gestaltet werden können und der/die Lehrtrainer/in kann Wissen gleichzeitig, praktisch vermitteln. Je besser und authentischer die Lehrdemonstration, desto stärker ist der Lernerfolg der Kursteilnehmer/innen. Zudem sollen die Kursteilnehmer/innen nach jeder Lehrdemonstration diese hinsichtlich, der im Kursverlauf vorgestellten, methodischen und didaktischen Grundsätze und Lehrmethoden analysieren und reflektieren.

Kursbegleitende Powerpointpräsentationen können genutzt werden. Es empfiehlt sich diese nur im Bedarfsfall zu nutzen, da praktisches und schülerzentriertes Arbeiten die Kursteilnehmer*innen zum denken anregt und aktiv einbindet, die Konzentrationsfähigkeit verbessert und Frontalunterricht inkl. Ablesen von Folien vermeidet.

3.10 Die vier Kernkompetenzen

Der/Die Lehrende hat einen sehr großen Einfluss auf den Lernerfolg des/r Auszubildenden. Vier Kernkompetenzen sind hier von besonderer Bedeutung (sie-

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

he Abbildung 3): die Personal-, Sozial-, Fach- und Methodenkompetenz. Für die Arbeit eines/r Kletterbetreuer/in bzw. -trainer/in sind alle Kompetenzen essenziell und müssen für die Eignung als Kletterbetreuer/in bzw. -trainer/in ausreichend vorhanden sein.

Sie sind aber auch innerhalb der Ausbildung und darüberhinaus erlernbar. Innerhalb der Kletterbetreuer- bzw. Klettertrainerausbildung können gezielt Fachwissen und Methodiken zur Wissensvermittlung geschult werden, die Personal- und Sozialkompetenz dagegen nur sehr bedingt. Kompetenzen wie Empathie, gut strukturierte Abläufe, Pünktlichkeit, Kommunikation, Gewissenhaftigkeit, Spontanität, Kreativität, Selbstvertrauen, Eigenmotivation und Fremdmotivation, Menschenkenntnis, etc. des/r Auszubildenden sind im Rahmen der Ausbildung über die Kürze der Zeit und die wenigen Lehrprobensituationen nur schwer zu trainieren. An dieser Stelle müssen die Betreuer- und Traineranwärter/innen die geforderten Kompetenzen mitbringen und/oder diese selbstständig (fortwährend) trainieren. Teilweise trägt die Existenz dieser Kompetenzen, aber überhaupt erst zu einen wesentlichen Teil zum Lernerfolg bei der Betreuer- und Traineranwärter/innen bei.



Abbildung 3: Kompetenzen des/r Lehrenden.

3.11 Inhalte

3.11.1 Kursstart, Kennenlernen, Vorstellungsrunde & Erwartungen

Ziel: Bei der Vorstellung und beim Kennenlernen sollen die Kursteilnehmer/innen und die Lehrtrainer/innen einen Eindruck von einander bekommen, wer an dem Kurs teilnimmt, wo der gemeinsame Kenntnisstand ist und was die Kursteilnehmer/innen bewegt an der Ausbildung teilzunehmen. Ferner soll darauf eingegangen werden, was der Kurs im Stande ist zu leisten, wo Grenzen gesetzt sind und der Kursablauf geklärt werden. Zudem sollen die Erwartungen der Teilnehmenden geklärt werden.

Alle Übungen, in den Kursteilnehmer/innen klettern und sichern, müssen von den Lehrtrainern/innen beobachtet werden. Sollen Kursteilnehmer/innen unsicher erscheinen oder Fehler begehen, sollte das angemessen zu einem passenden

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Zeitpunkt angesprochen werden. Ggf. muss mit einer zusätzlichen Hintersicherung gearbeitet werden oder Maßnahmen getroffen werden Gewichtsunterschiede auszugleichen.

Inhalt:

- Begrüßung
- Vorstellungsrunde
 - Anmeldungsgrund
 - Vorkenntnisse
 - Persönliche Ziele
 - Wünsche, Erwartungen & Befürchtungen
 - Persönliches
- Vorstellung KleVer
- Vorstellung Kursablauf
- Literaturempfehlung
- Sicherheitsbelehrung
 - Gesundheitscheck
 - Schmuck
 - Materialcheck
 - Partnercheck
 - Trainercheck
 - Festes Schuhwerk
- Organisatorisches
 - Lokalität
 - Toiletten
 - Seminarraum
 - Pausen
- Prüfungen & Fragen
 - Klärung noch offener Fragen
 - Falls jetzt schon gewünscht: Prüfungen und Prüfungsablauf erläutern

Zeitliche Vorstellung: 2 h

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Kursstart: Diese Einheit ist lehrerzentriert geführt und stark interaktiv. Der Gestaltungsspielraum ist sehr flexibel. Eigene Ideen und Methoden sind willkommen.

Kennenlernspiel: Nach einer kurzen Begrüßung kann mit dem Spiel 'Landkarte' eingestiegen werden. Dabei werden Fragen in die Runde gestellt und die Kursteilnehmer/innen stellen sich auf einer Landkarte auf, wo sie sich zugehörig fühlen bzw. auf einer Skala von 1 bis 10. Hier können interessante und tragende Informationen sowie Erwartungen und Kenntnisstände bei allen Kursteilnehmern/innen abgefragt werden. Die Kursleiter spielen mit. Die Kursteilnehmer/innen können ebenfalls Fragen stellen. Beispiele:

- Wo seid ihr geboren?
- In welcher Stadt lebt ihr momentan?
- Klettert ihr z.Zt. eher in der Halle oder am Felsen?
- Bouldert oder klettert ihr momentan mehr?
- Klettert ihr lieber OnSight oder projektiert ihr lieber?
- ...

Die Antworten können dabei auf einem Zettel festgehalten werden. Im späteren Kursverlauf kann ggf. zu den Einzelheiten noch einmal Bezug genommen werden.

Erwartungen, Ziele, Befürchtungen: Diese können ebenfalls auf einem Zettel je Kursteilnehmer/in festgehalten werden und in der Abschlussrunde noch einmal Eingang finden.

Um den Druck am ersten Tag rauszunehmen, empfiehlt es sich das Thema Prüfung nicht zu groß aufzuziehen und ggf. im Laufe der Woche zu behandeln.

3.11.2 PSA- und Sicherheitschecks

Ziel: Bevor mit dem gemeinsamen Klettern begonnen werden kann, müssen die Kursteilnehmer/innen auf einen Kenntnisstand beim Klettern & Sichern im Toprope gebracht werden, alle notwendigen Checks kennenlernen und diese korrekt und gewissenhaft durchführen. Zudem soll die PSA der Kursteilnehmer/innen auf Einsatzfähigkeit gecheckt werden.

Inhalt: Im ersten Teil dieser Einheit soll die PSA der Kursteilnehmer/innen gecheckt werden. Gleichzeitig sollen die Kursteilnehmer/innen während des Checks anhand ihrer Ausrüstung lernen, worauf sie beim Checken ihrer eigenen und der 'Kunden'-Ausrüstung zu achten haben. Die Durchführung dieser

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Einheit hat ebenfalls rechtlichen Charakter und unterliegt der Verkehrssicherungspflicht, Sorgfaltspflicht und Garantenstellung eines/r jeden Lehrtrainers/in bzw. Kursleiters/in, sich von der Funktionstüchtigkeit der verwendeten, privaten PSA zu überzeugen bzw. diese zu reklamieren.

- PSA-Check (Sichtprüfung & haptische Prüfung)
 - Allgemein
 - * Verwendetes Equipment entspricht der Norm/ wurde nach einer Norm zertifiziert
 - * Herstellerangaben zur Verwendung und Lagerung beachten
 - Equipment aus Bandmaterial
 - * Nähte & Bandmaterial unversehrt
 - * Lebensdauer nicht überschritten
 - Equipment aus Aluminium & Stahl
 - * Keine Scharfkantenbildung
 - * Keine Roststellen
 - * Keine sonstigen Beschädigungen (Verbiegungen, Risse)
 - Gurte
 - * Schnallen unbeschädigt und funktionstüchtig
 - Seile
 - * Verwendeter Seiltyp für gewünschten Gebrauch geeignet
 - * Mantel & Kern unbeschädigt
 - Schlingen & Schnüre
 - Karabiner
 - * Verwendeter Karabinertyp für gewünschten Gebrauch geeignet
 - * Verschlüsse voll funktionsfähig
 - Sicherungsgeräte
 - * Verwendetes Gerät für gewünschten Gebrauch geeignet und für verwendetes Seil zugelassen
 - * Uneingeschränkt funktionstüchtig

Im zweiten Teil dieser Einheit sollen alle Sicherheitschecks (Selbstcheck, Partnercheck und Trainercheck) vereinheitlicht und wiederholt werden. Hierbei demonstriert der/die Lehrtrainer/in wie ein Gurt korrekt angelegt, der Knoten richtig eingebunden und das Sicherungsgerät richtig eingelegt werden. Jede/r Kursteilnehmern/innen soll zudem verinnerlichen, dass jeder dieser drei Sicherheitschecks vor jedem Klettergang in der gleichen Art und Weise auf Sicht und haptisch durchgeführt werden muss. Dabei muss von dem/der Lehrtrainer/in der 'Eingriff' in den Intimbereich thematisiert werden. Als 'checkende' Person muss sich die Erlaubnis des/r Kletterpartner/in eingeholt werden, um Übergriffigkeiten bzw. den Verdacht darauf auszuschließen. Es muss eine Sensibilisierung für diese Thematik erfolgen.

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Allgemeiner Sicherheitscheck
 - Sitz des Gurtes
 - * Gurt unverdreht (Beinschlaufen, Hüftgurt, Einbindeschlaufe, Materialschlaufen)
 - * Hüftgurt: Sitz über dem Beckenknochen, festgezogen
 - * Gummibänder gestrafft (Beinschlaufen nicht in den Kniekehlen)
 - Gurtverschlüsse
 - Einbindeknoten
 - * Knotenbild korrekt (5 Seilpaare)
 - * Knoten unverdreht (keine Kreuzungen)
 - * Seilüberstand korrekt (ca. 10 cm, ca. ein bis 2 Fäuste)
 - * Kleines Auge (ca. 3 cm Durchmesser)
 - * Knoten festgezogen
 - * Einbindepunkt: Einbindeschlaufe bzw. Bein- + Hüftsteg
 - Sicherungsgerät
 - * Zugelassener Karabiner (Schraubkarabiner oder 3-Wege-Karabiner)
 - * Karabiner in Sicherungsschlaufe eingelegt
 - * Karabiner verschlossen
 - * Seil und Sicherungsgerät korrekt im Karabiner eingelegt
 - * Sicherungsgerät richtig ausgerichtet
 - * Seil richtig in Sicherungsgerät eingelegt (Piktogramm beachten, Bremsseil läuft aus der richtigen Seite des Sicherungsgerätes raus)
 - * Seilendknoten vorhanden (ca. 50 cm Seilüberstand)
 - * Funktionscheck Sicherungsgerät
 - Ggf. Hintersicherung
 - Seilverlauf
 - Seilendknoten
- Selbstcheck (SC)
 - Überprüfung der eigenen Sicherheitsaspekte
 - Lehrtrainer/in demonstriert an sich selbst (Gurt, Knoten, Sicherungsgerät) den Selbstcheck
- Partnercheck (PC)
 - Überprüfung der Sicherheitsaspekte bei dem/der Kletterpartner/in
- Trainercheck (TC)

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Überprüfung der fertigen Seilschaften durch den/die Lehrtrainer/in vor jedem Klettergang
- Rechtliche Relevanz: Verkehrssicherungspflicht, Sorgfaltspflicht und Garantenstellung, Lehrtrainer/innen müssen sich davon überzeugen, dass Teilnehmer/innen des Lehrgangs den PC durchführen und sich korrekt eingebunden wurde.

Zeitliche Vorstellung: 30 min.

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeines: Diese Einheit muss lehrerzentriert, interaktiv und praxisnah umgesetzt werden. Die Kursteilnehmer/innen sollen einen Eindruck davon gewinnen, dass sicherheitsrelevante Themen überwiegend lehrerzentriert vermittelt werden.

Sicherheitschecks: Alle Kursteilnehmer/innen sollen einen einheitlichen Standard auf hohem Niveau erlernen, und diesen in allen späteren Kursen anwenden. Um alle Punkte der Sicherheitschecks abzufragen bietet es sich an 'chronologisch' vorzugehen; von einem Seilende zum anderen Seilende.

Weiterführende Informationen:

- [Tutorial 1 Partnercheck](#)
- [Tutorial 2 Partnercheck](#)

3.11.3 Aufwärmung

Ziel: Ziel ist es die Kursteilnehmer/innen physisch und mental auf den Tag vorzubereiten, sie ggf. für kommende sportliche Aktivitäten aufzuwärmen, ihre Konzentrationsfähigkeit anzukurbeln und zu steigern und gemeinsam Spaß zu haben. Die Kursteilnehmer/innen sollen zudem verstehen, dass Aufwärmen vor sportlichen Aktivitäten wichtig ist und Verletzungen vorbeugt.

Inhalt:

- Durchführung von Aufwärmübungen und -spielen

Zeitliche Vorstellung: 30 min

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Kursteilnehmer/innen sollen vor dem Ausbildungsbeginn Aufwärmspiele bzw. kreative Bewegungseinheiten vorbereiten. Diese sollen vor jeder Praxiseinheit, nach Theorieeinheiten oder Pausen durch die Kursteilnehmer/innen durchgeführt werden. Im Anschluss kann dazu eine Feedbackrunde

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

erfolgen. Spiele sollten aus der KleVer-Kletterbetreuerstätigkeit und der Literatur bekannt sein. Ggf. kann es sinnvoll sein ein bis zwei Spiele als Eisbrecher und zur Inspiration durch die Lehrtrainer/innen anzuleiten. Durch diese Art des schülerzentrierte Arbeitens wird die Kreativität gefördert und der Ausbildungskurs aufgelockert. Zudem dient das Anleiten als Vorübung für die Lehrproben. Gleichzeitig kann der Umgang der anleitenden Person mit Gruppen im Allgemeinen bzw. untereinander beobachtet werden.

Mögliche Arten des Aufwärmens:

- sportartunspezifisch: Aufwärmspiele und -einheiten
- sportartspezifisch: Boulder-/Kletterspiele und -einheiten

3.11.4 Toprope- + Vorstiegsklettern & Sichern

Ziel: Ziel ist die Überprüfung der Toprope- und Vorstiegssicherungskenntnisse (sicheres Sichern und Klettern im Toprope und Vorstieg) der Kursteilnehmer/innen, die Beobachtung des allgemeinen Sicherheitsverhaltens und der Gruppendynamik sowie sich gemeinsam beim Klettern kennenzulernen & miteinander 'warm' zu werden.

Inhalt:

- Klettern in einfachen Routen in Zweierseilschaften (Vorschlag: erst im Toprope und dann im Vorstieg)
- Beobachtung und ggf. Korrektur durch den/die Lehrtrainer/in
 - Durchführung der Partnerchecks
 - Sicheres Sichern und Klettern
 - Umgang miteinander
 - Trainercheck vor jedem Klettergang (sofern die Kursteilnehmer*innen einen verantwortungsvollen Umgang mit den Sicherheitsaspekten unter Beweis gestellt haben, kann dieser auch aus der 'Ferne' vorgenommen werden)
- Beobachtung und ggf. Korrektur durch den/die Lehrtrainer/in
- Fortlaufendes Feedback zum Sicherungs- und Kletterverhalten
- Einzelgespräche mit Kursteilnehmern/innen, die die Voraussetzungen nicht erfüllen

Zeitliche Vorstellung: 2 h

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeines: Diese Einheit bindet die drei Sicherheitschecks aus der vorherigen Einheit ein. Die Kursteilnehmer/innen sollen diese wie zuvor besprochen umsetzen.

Überprüfung Persönliches Können: Diese Einheit kann je nach Ermessen des/r jeweiligen Lehrtrainers/in auch mit der der Überprüfung 'Persönliches Können' kombiniert werden.

3.11.5 Lehr- und Lernmethodik

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen mit den grundlegenden Prinzipien der methodischen und didaktischen Herangehensweisen an das Unterrichten vertraut gemacht werden.

Inhalt:

- Methodische Grundsätze vermitteln
 - Die Lehrtrainer/innen geben den Kursteilnehmer/innen einen Überblick über methodische und didaktische Grundsätze:
 - * Vom Leichten zum Schweren
 - * Vom Einfachen zum Komplexen
 - * Vom Bekannten zum Unbekannten
 - Die Lehrtrainer/innen geben den Kursteilnehmer/innen einen Überblick über Lehrmethoden, die einzeln oder kombiniert bei der Wissensvermittlung angewandt werden können:
 - * lehrerzentrierte/deduktive Methode: geeignet für sicherheitsrelevante Lehrinhalte: es werden direkt korrekte Abläufe erlernt und somit keine falschen Handhabungen einstudiert, es erfolgt eine sofortige Fehlerkorrektur
 - * schülerzentrierte/induktive Methode: geeignet für bewegungstechnische Lehrinhalte: diese Methode lebt durch eigenständiges Bewegungslernen, individuelle Lösungsfindung und eine sehr profunde Verinnerlichung von Bewegungserfahrung, wodurch die Kletterer/innen für weitere Bewegungsprobleme ggf. schneller effiziente und kreative Lösungen finden
 - * Analytisch-synthetische Methode: geeignet für komplexe Bewegungsabläufe: bei dieser Methode werden einzelne Teile der Gesamtbewegung isoliert vorgezeigt und geübt
 - * Ganzheitsmethode: geeignet für einfache Bewegungsabläufe: bei dieser Methode wird die Gesamtbewegung vorgezeigt und geübt
 - Die Lehrtrainer/innen geben den Kursteilnehmer/innen einen Überblick die drei Lerntypen:

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- * auditiv
- * visuell
- * haptisch
- * Alle drei Lerntypen sollen in Demonstrationen angesprochen werden
- Weitere methodische Grundsätze
 - * Gute Vorbereitung
 - * Kleine Schritte
 - * Teilnehmerangepasst
 - * Hohe Übungsintensität
 - * Methodische Reihen entwickeln
 - * Unterrichtsziel definieren
 - * Teilnehmer/innen zur Eigenverantwortung 'erziehen'
 - * Selbstständigkeit der Teilnehmer/innen fördern
 - * Spaß am Lernen vermitteln
 - * Lehrdemonstrationen einbeziehen
- Methodisch-didaktische Reflexion
 - Wie wurde die Vermittlung des Lehrinhalts 'Lehr- und Lernmethodik' mit Hilfe des Spiels wahrgenommen?
 - Welche Lehrmethode wurde verwendet?
 - Welche Vor- und Nachteile ergeben sich daraus?

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Wissensvermittlung: In dieser Einheit bietet sich ein schülerzentriertes Arbeiten an. Dadurch wird das sehr theoretische Thema besser verinnerlicht und rezipiert und als nicht so 'langweilig' wahrgenommen. Um eine inhaltliche Vollständigkeit zu gewährleisten, sollte eine lehrerzentrierte inhaltliche Führung beibehalten werden. Zur Wissensvermittlung eignet sich ein Spiel anhand von Begriffskarten, die den Kursteilnehmern/innen unsortiert zur Verfügung gegeben werden. Gemeinsam sollen sie die Begriffe diskutieren, sich austauschen und die Karten in eine für sie sinnvolle Ordnung bringen. Dafür bekommen die Kursteilnehmer/innen etwa 20 bis 30 Minuten Zeit. Erfahrungsgemäß entsteht ein logisches, inhaltlich stimmiges Schaubild. Im Anschluss sollen sie ihr Schaubild (siehe Abb. 4) in etwa 10 bis 20 Minuten vorstellen und Gedanken und Entscheidungen erklären. Gegebenenfalls fehlende Inhalte, Aspekte, Erkenntnisse werden durch den/die Lehrtrainer/in ergänzt. In einer abschließenden Runde von 5 bis 10 Minuten werden Fragen geklärt und Methoden diskutiert. Zudem soll zum Abschluss (generell über die gesamte Dauer des Ausbildungskurses) eine methodisch-didaktische Reflexion der durch die Lehrtrainer/innen

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

angeleiteten Einheit erfolgen. Diese stellen ihre Präsentation als 'Anschauungsobjekt' zur Verfügung und besprechen gemeinsam Vor- und Nachteile der eigenen Lehrtätigkeit.

Die Begriffskarten liegen in Form einer Powerpointpräsentation beim KleVer vor und können dort direkt zum Download angefordert werden. Jede/r Lehrtrainer/in muss diese selbstständig ausdrucken. Sofern möglich, eignet es sich die Begriffskarten zu laminieren und wiederzuverwenden.

3.11.6 Methodische Reihe: Sturztraining im Toprope und Vorstieg

Ziel: Ziel ist die Überprüfung der mentalen Fähigkeiten der angehenden Klettertrainer/innen und die Einführung geeigneter Methoden um kontrolliert Stürze zu simulieren und mentale Stärken zu trainieren sowie sicher Stürze sicher und angemessen halten zu lernen.

Inhalt:

- Erläuterung eines Fall- und Sturzsicherungstrainings
 - Unter Berücksichtigung folgender Sicherheitsaspekte:
 - * Angemessene Sturzhöhe (Hallenspezifisch, bei genormten Exenabständen: Toprope: Höhe 4. Exe; Vorstieg: mind. 5. geklippte Exe, besser 6. Exe, optimal 7. Exe)
 - * Angemessene Wandgeometrie (leicht überhängend)
 - * Freier Sturzraum
 - * Keine Volumen und große Griffe im Sturzweg
 - * Verhalten Kletterer/in & Sicherer/in
 - * Gewichtsunterschiede beachten
 - * Ggf. mit Hintersicherung
 - * Geeignete, leichte Routen
 - Unter Berücksichtigung folgender methodischer Aspekte:
 - * Lehrdemonstration eines dreistufigen Falltrainings unter Einbezug von Touch-And-Go im Toprope
 1. Loslassen mit Ankündigung durch Kletterer/in
 2. Loslassen ohne Ankündigung durch Kletterer/in
 3. Fallen mit Schlappseil
 - * Lehrdemonstration eines dreistufigen Falltrainings unter Einbezug von Touch-And-Go im Vorstieg aus einer Topropesituation heraus
 1. Loslassen mit Ankündigung durch Kletterer/in unterhalb der geklippten Expresschlinge

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

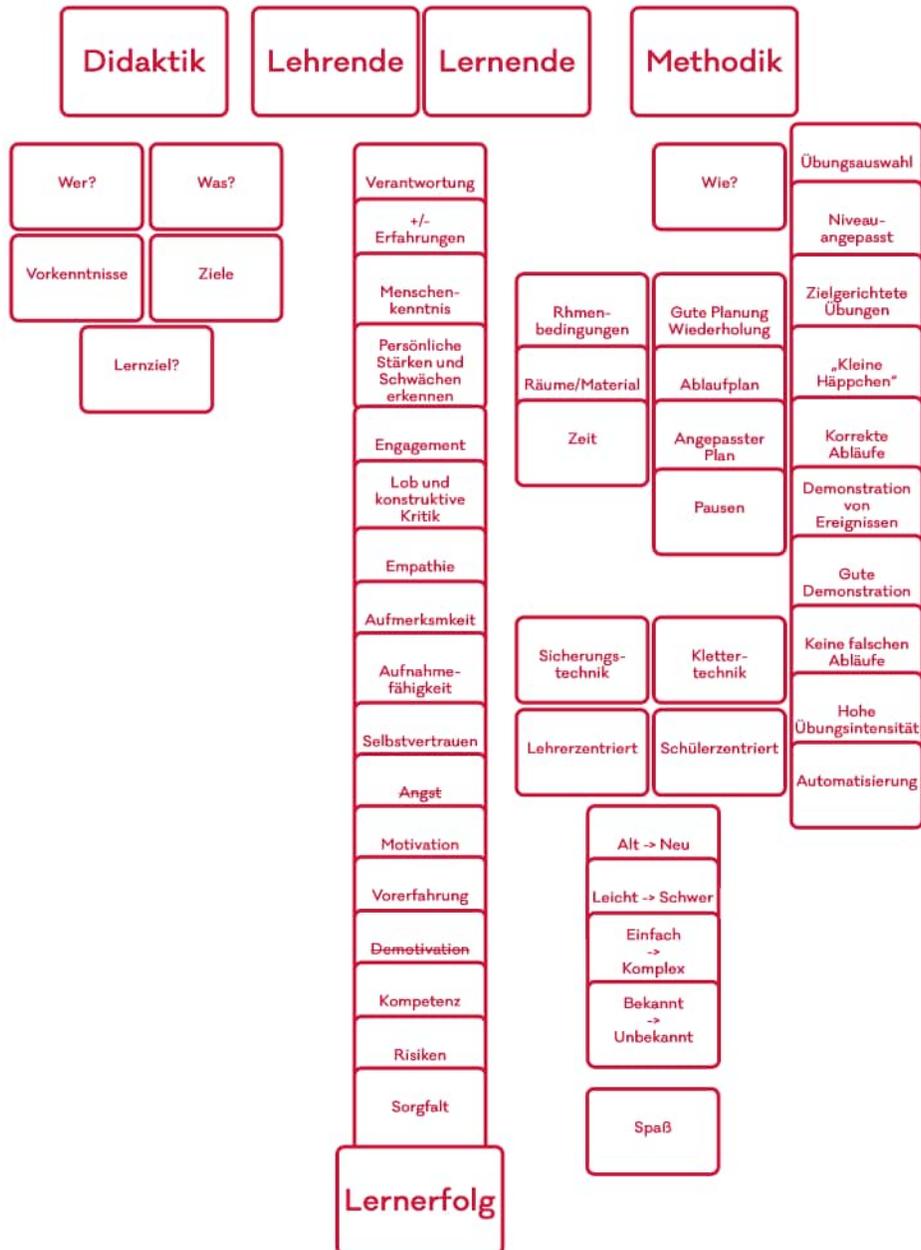


Abbildung 4: Begriffskarten legen und Schaubild entwickeln. Beispiel eines möglichen Schaubildes.

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

2. Fallen mit Schlappseil unterhalb der geklippten Expressschlinge
 3. Stürzen überhalb der geklippten Expressschlinge
- Durchführung des dreistufigen Fall- und Sturzsicherungstrainings durch die Kursteilnehmer/innen erst im Toprope und dann im Vorstieg
 - Beobachtung und ggf. Korrektur durch den/die Lehrtrainer/in
 - Fortlaufendes Feedback zum Sicherungs- und Kletterverhalten
 - Einzelgespräche mit Kursteilnehmern/innen, die die Voraussetzungen nicht erfüllen

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Lehrdemonstrationen: Der/Die Lehrtrainer/in bietet eigene Ausbilderrolle zur methodisch-didaktischen Reflexion an. Eine gute und korrekte Lehrdemonstration vermittelt die Inhalte auf hohem Niveau und gibt den Kursteilnehmern/innen ein Beispiel für das Unterrichten von sicherheitsrelevanten Lehrinhalten.

Fall- und Sturzsicherungstraining: Die Lehrtrainer/innen demonstrieren für die Gruppe verschiedene Formen des Sturztrainings in einer methodischen Reihenfolge. Zum Loslassen der Wand wird allgemein die Methode Touch-And-Go verwendet. Diese muss zuvor am Boden erläutert und ebenfalls am Boden von den Kursteilnehmern/innen getestet werden: Aus einer Kletterbewegung heraus wird der nächste Griff nur kurz angetippt und sich dann fallen gelassen (nicht nach hinten wegspringen). Anschließend sollen die Kursteilnehmer/innen die drei aufeinander aufbauenden Sturzsituationen unter Verwendung von Touch-And-Go üben.

Weitere Sicherheitsaspekte wie z.B. nicht ins Seilfassen beim Absprung, geeignete Sturzhaltung, etc. sollten mit den Teilnehmenden diskutiert werden. In Toprope und Vorstiegskursen muss dies nicht zwingend durch den/die Trainer/in angesprochen werden, da dies in der Praxis im Ausbildungskursen eher weniger als öfter auftritt und zu gefährlichen Situationen führt und individuell angesprochen werden kann, sobald die Situation auftritt. Die zwei Kernnachrichten des methodischen Arbeitens eines/r jeden Klettertrainers/in sollte sein: weniger (Information), ist mehr (keine Überfrachtung mit zu vielen Informationen, da in Ausbildungskursen i.d.R. zu viel an Informationen gegeben wird und die Teilnehmer/innen eines solchen Kurses sich nicht alles merken werden) und viel praktisches Arbeiten (viele Informationen ergeben sich durch das praktische Erlernen, Tun und Machen, die Teilnehmer/innen haben hier viele eigene 'Aha-Erlebnisse').

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Der genaue methodische Aufbau der einzelnen Stufen im Toprope und Vorstieg und weitere Sicherheitsaspekte sind dem 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' Kapitel 5.2.6 (Toprope) und 5.3.6 (Vorstieg) 'Geländeauswahl und andere Sicherheitsaspekte' + 'Methodische Reihe' zu entnehmen und werden an dieser Stelle nicht wiederholt.

3.11.7 Materialkunde

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen lernen alle wesentlichen beim Sportklettern an künstlichen Kletteranlagen verwendeten Ausrüstungsgegenstände und Sicherungsinstallationen kennen und befassen sich mit technischem, physikalischen und chemischen Fachwissen, welches im Zusammenhang mit diesen steht.

Inhalt:

- Normen
 - EN-Normen & -Nummern
 - CE-Zeichen
 - UIAA Norm
- Bruchwerte
 - Newton ($[N] = [kg * m/s^2]$) & Kilonewton ($1kN = 1000N$)
 - $F = m * a$ für $a = g = 9,81m/s^2$ ca. $10m/s^2$
 - $E = F * s$
 - Statische und dynamische Belastbarkeit
- Seile
 - EN 892
 - Material, Lagerung, Lebensdauer, Schädigungen, Verwendung
 - dynamische & halbdynamische Seile
 - Dynamische Seiltypen (Einfach-, Halb-, Zwillingsseile)
 - Normsturz & Bruchlasten
 - Sturzfaktor
- Gurte
 - EN 12277 (A, B, C, D)
 - Material, Lagerung, Lebensdauer, Schädigungen, Verwendung
 - Gurttypen (Hüft-, Brust-, Kinder- & Komplettgurte)
 - Bezeichnung der Einzelteile

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Einbindepunkte
- Bruchlasten
- Abgrenzung zu Gurten aus dem Industriekletterbereich und anderen Sportarten
- Bandmaterial und Schnüre
 - EN 566
 - Material, Lagerung, Lebensdauer, Schädigungen, Verwendung
 - Typen (vernähte Schlingen, Schlauchband, (Reep-)Schnüre)
 - Materialien (Polyamid (PA), Markenname Nylon; Polyethylen (PET), Markenname Dyneema; Polyaramid (ArPA), Markenname Kevlar; Polyester (PE))
 - Bruchlasten, Kennfäden von Nylonschlingen
- Karabiner bzw. Verbindungselemente
 - EN 12275 & EN 362
 - Material, Lagerung, Lebensdauer, Schädigungen, Verwendung
 - Bruchlast: (längs 20 kN /quer 7 kN /offen 7 kN)
 - Typen und Verschlussysteme (Schnapper, Schrauber, Safelock)
 - Abgrenzung zu Spielkarabinern
- Umlenker & Bohrhaken
 - EN 795 (Anschlageinrichtungen)
 - EN 959 (Bohrhaken)
 - Material, Lagerung, Lebensdauer, Schädigungen, Verwendung
 - Typen und Verschlussysteme
 - Belastungsrichtung
 - Redundanz

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit soll lehrerzentriert und praxisnah angeleitet, jedoch das Wissen der Kursteilnehmer/innen mit einbezogen werden. Anschauungsmaterial sollte zur Ansicht und zur haptischen Erfahrung möglichst physisch vor Ort sein. Alle vorhandenen Materialien der Kursteilnehmer/innen (ggf. durch Materialkit des DKHV ergänzen) werden in der Mitte gesammelt (auf persönliche Markierung achten) und von allen in etwa 5-10 Minuten ohne Vorgabe sortiert. Anhand dieser Materialien können die Themen und Materialgruppen

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

besprochen werden. Bei Bedarf nicht vorhandenes Material zur Anschauung mittels Videopräsentation ergänzen. Es sollte zur Vermittlung der Normen, Werte, Kennzeichnungen etc. ein Flipchart oder Videopräsentation verwendet werden. In dieser Einheit sollte ebenfalls ein Bogen zur Einheit PSA-Check geschlagen werden.

Die detaillierten Inhalte und das benötigte Fachwissen sind im 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' im Kapitel 3 aufgeführt und werden daher hier nicht weiter erläutert. Zudem stehen Folien zum Thema PSA in der Powerpointpräsentation zur Untermauerung zur Verfügung, sofern diese zusätzlich benötigt werden. Es empfiehlt sich diese nur im Bedarfsfall zu nutzen, da praktisches und schülerzentriertes Arbeiten mit z.B. vorliegendem (ausgesonderten) Material (mit Defekten) die Kursteilnehmer*innen zum denken anregt und aktiv einbindet, die Konzentrationsfähigkeit verbessert und Frontalunterricht inkl. Ablesen von Folien vermeidet.

3.11.8 Sicherungsgeräte in Theorie und Praxis

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen für das Sportklettern an künstlichen Kletteranlagen wesentliche Sicherungsgeräte kennenlernen, deren Funktion verstehen und die Bedienung damit üben.

Inhalt:

- Materialkunde:
 - Sicherungsgeräte
 - * EN 15151-1 & -2
 - * Material, Lagerung, Lebensdauer, Schädigungen, Verwendung
 - * Typen und Bremsmechaniken (Manuelle Sicherungssysteme, Autotuber, Halbautomaten)
 - * Karabinerabhängigkeit
 - * Bremshandpositionsabhängigkeit
 - * Handhaltekraftabhängigkeit
 - * Seildurchmesserabhängigkeit
 - * Körper- & gerätedynamisches Sichern
 - * Blockierunterstützung
 - * Advanced 1 - Weitere Funktionen:
 - Abseilen am Doppelstrang
 - Standplatz Wandsicherung Vorstieg
 - Standplatz Wandsicherung Nachstieg (ein und zwei Personen)
 - * Advanced 2 - Auto Belay Systeme:
 - EN 341 & EN 360

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Karabiner in Einbindeschlaufe einlegen
- Warndreieck (soweit vorhanden) beachten
- Lehrdemonstration
 - Demonstration der Funktionsweise und des korrekten Handlings ausgewählter Vertreter verschiedener Sicherungsgerätetypen im Toprope und Vorstieg
 - * Seileinnahme
 - * Bremshandposition
 - * Bremsunterstützende Funktion (Blockierfunktion)
 - * Ablassen
 - * Seilausgabe (Tunneln - empfohlen; Umgreifen - möglich aber keine Lehrmeinung; Dazugreifen und Tunneln (empfohlen als Vorübung zum Vorstiegssichern)
- Übungszeit

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeines: Diese Einheit wird aufgrund von sicherheitsrelevanten Aspekten lehrerzentriert geführt.

Die detaillierten Inhalte und das benötigte Fachwissen sind im 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' im Kapitel 3 aufgeführt und werden daher hier nicht weiter erläutert. Zudem stehen Folien zum Thema PSA in der Powerpointpräsentation zur Untermauerung zur Verfügung, sofern diese zusätzlich benötigt werden. Es empfiehlt sich diese nur im Bedarfsfall zu nutzen, da praktisches und schülerzentriertes Arbeiten mit z.B. vorliegendem (ausgesonderten) Material (mit Defekten) die Kursteilnehmer*innen zum denken anregt und aktiv einbindet, die Konzentrationsfähigkeit verbessert und Frontalunterricht inkl. Ablesen von Folien vermeidet.

Lehrdemonstration: Die Lehrdemonstration kann durch beide Lehrtrainer/innen im Toprope erfolgen. Dabei klettert eine/r der beiden, während der/die zweite sichert und demonstriert. Die Seileinnahme kann beim Toprope-Klettern und die -ausgabe beim Abklettern erfolgen.

Üben durch Kursteilnehmer/innen: Es stehen hier zwei Möglichkeiten zur Verfügung, die auch kombiniert durchgeführt werden können:

1. Vorübung auf dem Boden: Ein Vorstiegsseil wird an der ersten Expressschlinge eingehängt und jeweils zwei Kursteilnehmer/innen binden sich jeweils in ein Seilende des gleichen Seils ein. Durch Vor- und Zurückgehen simuliert einer der beiden den/die Kletterer/in, während der/die zweite

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

sichert. Durch schnelles Vor- und Zurücklaufen oder schnelles Ziehen am Seil können Dynamiken wie Stürze, schnelles Klettern oder Klippen simuliert werden. Durch ZU und AB können Blockieren und Ablassen mit dem Sicherungsgerät geübt werden. Diese Methode bietet sich vor allem für spätere Vorstiegs- und Toprope-Kurse an.

2. Bilden von Zweierseilschaften. Klettern im Toprope mit Abklettern (Vorstiegssimulation) analog zur Lehrdemonstration. Anschließend kann in den Vorstieg gewechselt werden. Erfahrene Seilschaften können auch direkt im Vorstieg beginnen.

Sofern andere Methoden bekannt sind, können auch diese vermittelt werden. Im Fokus sollte dabei die Sicherheit, Praktikabilität, Durchführbarkeit und der theoretische und praktische Lernverständnis sein. Diese beiden Übungen haben sich über Jahre bewährt.

Weiterführende Informationen:

- [Tutorial 1 GriGri 2](#)
- [Tutorial 2 GriGri 2](#)
- [Tutorial GriGri+](#)
- [Tutorial Eddy](#)
- [Tutorial Matik](#)
- [Tutorial 1 Smart](#)
- [Tutorial 2 Smart](#)
- [Tutorial 3 Smart](#)
- [Tutorial 1 Jul2](#)
- [Tutorial 2 Jul2](#)
- [Tutorial 1 Click Up](#)
- [Tutorial 2 Click Up](#)
- [Tutorial 1 Fish](#)
- [Tutorial 2 Fish](#)
- [Tutorial ATC Pilot](#)
- [Tutorial 1 Ergo](#)
- [Tutorial 2 Ergo](#)
- [Tutorial 1 Tuber](#)
- [Tutorial 2 Tuber](#)

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

3.11.9 Spotten

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen lernen sinnvolle Spot-Situationen im Seilklettern zu erkennen und sich der Vorteile, aber auch der Schwierigkeiten und Gefahren des Spottens bewusst zu sein. Außerdem soll deutlich werden, dass es sicherer sein kann, nicht zu spotten, wenn das Spotten nicht korrekt beherrscht wird oder die Situation ggf. nicht händelbar ist.

Inhalt:

- Lehrdemonstration: Spotten
 - Absprache vor dem Losklettern
 - Ausreichend Seilabgabe vor dem Losklettern
 - Frontale Position des Spotters
 - Möglichst frühes Klippen des ersten Hakens
 - Körpernahes Spotten bis zum ersten Klipp
 - Sicherer & schneller Übergang aus der Spot-Position in das Vorstiegs-sichern
 - Sofortiger Übergang zum Bremsbandprinzip
 - Sofortiges Verlassen des Sturzraums
 - Sofortige Schlappseilverkürzung
 - Auf Seilführung achten
- Übung: Spotten im Boulderbereich
 - Korrekte Haltung
 - Bewegungserfahrung
 - Benötigter Kraftaufwand zum Spotten
 - Kraftereinwirkung bei geringeren/größeren Entfernungen
 - Optimaler Spot-Punkt
 - Auswirkung von Gewichts- und Größenunterschieden
- Übung: Spotten am Wandfuß
 - Geeignete Wandgeometrie (plan oder leicht überhängend)
 - Sicherer, schneller Übergang aus der Spot-Position in das Vorstiegs-sichern
- Diskussion: Sinn und Unsinn des Spottens

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit wird lehrerzentriert vermittelt.

Übung Spotten im Boulderbereich: Je drei Kursteilnehmer/innen stehen in einer Reihe. Der/Die mittlere Person lässt sich zwischen den beiden anderen hin- und herfallen und wird 'gespottet'.

Übung Spotten am Wandfuß: Je zwei Kursteilnehmer/innen üben gemeinsam. Eine/r begibt sich an die Wand im unteren Bereich und simuliert durch leichtes Abspringen ein Abrutschen. Der/Die Partner/in spottet. Auf korrekte Haltung und Bewegungserfahrung achten. Im Anschluss geht das Team in eine Vorstiegs-situation und übt das Umschalten aus dem Spotten nach dem Klippen der ersten Expressschlinge in die Sicherungsposition.

Diskussion Sinn und Unsinn des Spottens: In der Regel ist Spotten vor dem ersten Haken an künstlichen Kletteranlagen nicht notwendig, kann aber gegebenenfalls (schwieriger Einstieg, unebener Untergrund 'draußen') sinnvoll sein. Es sollte zudem nur durchgeführt werden, wenn ein sicheres Handling gewährleistet werden kann.

Da Spotten nicht immer möglich ist, nicht immer sinnvoll angewendet werden bzw. Spotten auch zu Unfällen führen kann, ist es wichtig, dass die Lehrtrainer/innen mit der Gruppe gemeinsam dieses Thema erarbeiten. Es kann daher keine klare Lehrmeinung geben, da die Vielzahl an Vorkommnissen Individualentscheidungen erfordert, sondern nur situationsbedingte Handlungsempfehlungen. Es ist daher wichtig, dass die Lehrtrainer/innen sich im Vorfeld eigene Gedanken zu Sinnhaftigkeit je Situation machen und spezifische Situationen dazu suchen und diese praktisch demonstrieren.

3.11.10 Überprüfung - Persönlichen Können 6. Grad UIAA Rotpunkt

Ziel: Ziel ist die Überprüfung des bewegungstechnischen Kletterkönnens im Vorstieg im Schwierigkeitsgrad 6 UIAA im Begehungsstil Rotpunkt.

Inhalt:

- Die Lehrtrainer/innen *oder* die Kursteilnehmer/innen suchen mögliche Routen im 6. Grad UIAA aus
- Innerhalb von 1,5 Stunden müssen sich die Kursteilnehmer/innen selbstständig aufwärmen und ihre 'ernsthaften' Versuche durchführen
- Sobald ein/e Kursteilnehmer/in einen 'ernsthaften' Versuch durchführen möchte, zeigt er/sie dies bei einem/r Lehrtrainer/in an, der/die dann zuschaut

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Als 'ernsthafter' Versuch wird ein Klettergang gewertet, bei dem entweder die Route ohne Belastung des Seils durchstiegen wird oder der Kursteilnehmer/in in der Aufwärtsbewegung zum nächsten Griff/Tritt stürzt (Top-Or-Drop)

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit kann als kleine Wettkampfsituation aufgebaut werden. Die Routen können entweder durch die Lehrtrainer/innen oder durch die Kursteilnehmer/innen ausgesucht werden. Die Lehrtrainer/innen müssen sich zu Beginn des Kurses auf eine der beiden Herangehensweisen einigen. Die Auswahl der Routen durch die Kursteilnehmer/innen hat den Vorteil, dass der Leistungsdruck sinkt, obwohl die Kursteilnehmer/innen tendenziell schwierigere Routen auswählen. Es ist darauf zu achten, dass die Kursteilnehmer/innen ein sturzfreundliches Gelände auswählen. Die Auswahl durch die Lehrtrainer/innen hat den Vorteil der Ernsthaftigkeit des Moments, einer besseren Vergleichbarkeit der Leistung, einen stärkeren Wettkampfcharakter und die Auswahl eines geeigneten Sturzgeländes. Es sind zudem auf Gewichtsunterschiede zu achten. Ggf. kann auch mit einer Hintersicherung gearbeitet werden. Am Ende der Einheit sollte Raum für Fragen gegeben werden und mit den Kursteilnehmern/innen, die ggf. die Eingangsvoraussetzungen des Kletterkönnens nicht bestanden haben, Einzelgespräche geführt werden.

Ebenso ist es möglich diese Einheit mit dem Kennenlernklettern zu verbinden.

Diese Einheit soll in jedem Fall einen Prüfungscharakter bekommen und soll dazu dienen, dass Lehrtrainer*innen Traineranwärter*innen, die nicht 'into climbing' oder noch nicht als Trainer*innen geeignet sind, zu bewerten und damit einen Argumentationsraum zu schaffen.

3.11.11 Umgang mit Gewichtsunterschieden

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen gängige Möglichkeiten zum Ausgleich von größeren Gewichtsunterschieden zwischen Kletterer/in und Sicherer/in kennenlernen und üben.

Inhalt:

- Maßnahmen Gewichtsunterschiede auszugleichen
- Lehrdemonstration: Vor- und Nachteile unterschiedlicher Methoden schwere Kletterer/innen zu sichern
 - Sandsack
 - Reibungsaufbau durch Z-Seilführung

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Ohm (wenn vorhanden und bekannt: BAUER)
- Lehrdemonstration: Vor- und Nachteile unterschiedlicher Methoden leichte Kletterer/innen zu sichern
 - Körperdynamik intensivieren
 - Gerätedynamik und ihre Gefahren
 - Sensorhanddynamik
- Übungszeit

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Einheit wird lehrerzentriert durchgeführt. Um ggf. leichte Kletterer/innen zu simulieren, kann ein Querklipp zur Reibungserhöhung und somit zur 'Gewichtsreduktion' verwendet werden. Möglichkeiten schwerere Kletterer/innen zu simulieren sind nicht möglich.

Sensorhanddynamik: Schulung nur sofern durch Lehrtrainer/in bekannt; nur zur Schulung der KleVer-Klettertrainer/innen und nicht zur Schulung des Endkunden durch die (ausgebildeten) Trainer/innen. Klettertrainer/innen sollen lernen z.B. in Kinderkursen Kinder weich zu sichern. Diese Methode ist eine Expertenmethode und sollte auch nur Experten vermittelt werden und ist z.B. nicht Bestandteil eines Vorstiegsausbildungskurses. Jedoch ist diese Methode bei kompletter Beherrschung eine sehr elegante Methode 'harte' Stürze von zu leichten Personen zu vermeiden, was in der Realität bei entsprechender Kombination von Sicherer/in und Kletterer/in immer wieder vorkommt. Jedoch entbehrt diese Methode auf den ersten Blick den Grundsätzen bekannter Sicherheitsstandards, was jedoch bei Beherrschung kein Sicherheitsrisiko darstellt.

Weiterführende Informationen:

- [Tutorial Gewichtsunterschiede](#)
- [Tutorial Sensorhanddynamik](#)

3.11.12 Recht & Risikoprävention

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen im vollen Umfang über ihre Rechte und Pflichten in ihrer Arbeit als Klettertrainer/innen informiert werden und über mögliche zivilrechtliche und strafrechtliche Konsequenzen aufgeklärt werden.

Inhalt:

- Pflichten eines/r Kletterbetreuers/in und Klettertrainers/in
 - Aufsichtspflicht

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Verkehrssicherungspflicht
- Sorgfaltspflicht
- Garantenstellung
- Aufsichtspflicht
 - Allgemeine Rechtslage
 - Definition Aufsichtspflicht (§ 1631 BGB)
 - Aufsichtspflichtige (§ 2 BGB)
 - Säulen der Aufsichtspflicht
 - * Gesetzliche Aufsichtspflicht (§ 1626 BG)
 - * Vertragliche Aufsichtspflicht
 - * Gefälligkeitsaufsichtspflicht
 - Inhalt und Umfang der Aufsichtspflicht (§ 1631 BGB)
 - * Schädigung durch sich selbst (§ 823 BGB)
 - * Schädigung anderer (§ 832 BGB)
 - * Schädigung durch andere (§ 823 BGB)
 - Allgemeine Grundsätze
 - * Informationen einholen (Informationspflicht)
 - * Informationen weitergeben (Informationspflicht)
 - * Keine Gefahrenquellen schaffen
 - * Gefahrenquellen abstellen oder minimieren
 - * Belehren und kontrollieren
 - * Konsequenzen umsetzen
 - Beginn der Aufsichtspflicht
 - Intensität der Aufsichtspflicht (§1626 BGB § & 1 SGB VIII)
 - Delegation der Aufsichtspflicht
 - Folgen der Aufsichtspflichtverletzung
 - * Zivilrechtliche Folgen (Schadensersatzpflicht; § 823, § 828, § 829, § 832, § 840 & § 426 BGB)
 - * Strafrechtliche Folgen (§ 170 d StGB)
 - * Arbeits- und dienstrechtliche Folgen
 - Erfüllungsgehilfen (§ 278 & § 831 BGB)
 - Haftpflichtversicherung
- Verkehrssicherungspflicht (Zivilrecht)
- Sorgfaltspflicht ('Aufsichtspflicht' für Kinder & Erwachsene)
- Garantenstellung (Strafrecht, § 13 StGB)
- Fazit

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit erfolgt lehrerzentriert und sollte durch Unterrichtsmaterialien wie Videopräsentationen oder andere Lernmittel unterstützt werden. Es ist ratsam Gerichtsurteile zum Verständnis einzubeziehen. Während und nach der Einheit sollte Raum für Fragen gegeben werden und klar darauf verwiesen werden, dass die Klärung von genauen Sachverhalten und Situationen und deren Konsequenzen Gerichten obliegt und im Rahmen dieser Lehrveranstaltung keine klaren Aussagen getroffen werden können.

Die Folien zum Thema Recht sind in der kursbegleitenden Powerpointpräsentation zu finden. Es ist zwingend notwendig, dass der/die Lehrtrainer/in sich im 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' in das Kapitel 4 einließt und sich im Vorfeld mit den Folien beschäftigt. Die genauen Inhalte werden daher hier nicht weiter erläutert, sondern sind dem zu entnehmen. Der umfangreiche Aufbau der Folien und des Themas ist bewusst gewählt, da sich durch die Kenntnis der Gesetze und Gerichtsurteile dem/r Kursteilnehmer/in die Herkunft, der Umfang und die Verantwortung genauestens erschließt und er/sie für sich dadurch eine klare Leitlinie entwickelt. Zudem lernt er/sie die Konsequenzen kennen, die sich aus Nichtbeachtung der einzelnen Pflichten ergeben. Gerade im Bereich Aufsichtspflicht, welche kaum gesetzlich im Umfang definiert ist, sorgt diese Herangehensweise dafür eigene Rahmenbedingungen abzuschätzen und damit umzugehen.

3.11.13 Kinder & Pädagogik

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen wie Sicherungskennnisse Kindern vermitteln werden sollten und von welchen Faktoren es abhängt, wie Ausbildungskurse von Kindern gestaltet werden können bzw. welche Fähigkeiten und Kompetenzen Kinder besitzen müssen, um Sicherungskennnisse zu erwerben. Zudem sollen pädagogische Aspekte bzw. Ziele im und durch Klettern erarbeitet werden und die Kletterabzeichen des KleVers vorgestellt werden.

Inhalt:

- Ausbildung von Sicherungskompetenzen und - kennnissen bei Kindern
- Kognitive Kompetenzen
- Motorische Kompetenzen
- Soziale Kompetenzen
- Pädagogische Aspekte
- KleVer-Kletterabzeichen

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Wissensvermittlung: In dieser Einheit bietet sich für die 'Vermittlung von Sicherungskennntnissen bei Kindern' ein lehrerzentriertes Arbeiten und für die Betrachtung der 'pädagogischen Aspekte' ein schülerzentriertes Arbeiten an.

Vermittlung von Sicherungskompetenzen und - kennntnissen bei Kindern: lehrerzentriert. Zur Wissensvermittlung eignet sich das Schaubild (Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1, Kapitel 6, Abbildung 19) anhand von Begriffskarten nach und nach zu legen und Handlungsempfehlungen für die Ausbildung zu geben.

Schulung kognitiver, motorischer und sozialer Kompetenzen: Schülerzentriert. Dadurch wird das sehr theoretische Thema besser verinnerlicht und rezipiert und als nicht so 'langweilig' wahrgenommen. Um eine inhaltliche Vollständigkeit zu gewährleisten, sollte eine lehrerzentrierte inhaltliche Führung beibehalten werden. Zur Wissensvermittlung eignet sich ein Spiel anhand von Begriffskarten, die den Kursteilnehmern/innen unsortiert zur Verfügung gegeben werden. Gemeinsam sollen sie die Begriffe diskutieren, sich austauschen und die Karten in eine für sie sinnvolle Ordnung bringen. Dafür bekommen die Kursteilnehmer/innen etwa 20 bis 30 Minuten Zeit. Es empfiehlt sich je Schaubild eine eigenständige Gruppe zu bilden. Erfahrungsgemäß entsteht ein logisches, inhaltlich stimmiges Schaubild. Im Anschluss sollen sie ihre Schaubilder (Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1, Kapitel 6, Abbildung 20, 21, 22) in etwa 10 bis 20 Minuten vorstellen und Gedanken und Entscheidungen erklären. Gegebenenfalls fehlende Inhalte, Aspekte, Erkenntnisse werden durch den/die Lehrtrainer/in ergänzt oder korrigiert. In einer abschließenden Runde von 5 bis 10 Minuten werden Fragen geklärt bzw. diskutiert.

Zur Förderung pädagogischer Aspekte eignen sich ebenfalls Lernkarten. Jede/r Kursteilnehmer/in kann eine oder mehrere selbstgewählte Lernkarten vorstellen und seine Gedanken dazu teilen. Wo wird dieser pädagogische Ansatz beim Klettern gefördert und warum könnte dieser gut/wichtig sein.

Die Lernkarten liegen in Form einer Powerpointpräsentation beim KleVer vor und können dort direkt zum Download angefordert werden. Jede/r Lehrtrainer/in muss diese selbstständig ausdrucken. Sofern möglich, eignet es sich die Lernkarten zu laminieren und wiederzuverwenden.

Die detaillierten Inhalte und das benötigte Fachwissen sind im 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' im Kapitel 6 aufgeführt und werden daher hier nicht weiter erläutert. Die Schaubilder finden sich im gleichen Kapitel (Abb. 19, 20, 21, 22)

Infos und Abbilder der KleVer-Kletterabzeichen finden sich ebenfalls im 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' Kapitel 6 und in der aus-

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

bildungsbegleitenden Powerpointpräsentation. Es empfiehlt sich bei der Vorstellung Abzeichen + Pässe dabei zu haben und der Gruppe haptisch zu präsentieren.

3.11.14 Lehrdemonstration: Topropevermittlung

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen die Inhalte & Themen der Topropevermittlung als Lehrprobe demonstriert bekommen, um zum einen die Inhalte standardisiert und vollständig vermittelt zu bekommen, zum anderen um eine mögliche Form der Lehrdemonstration als Anhaltspunkt für die eigene Lehrpraxis kennenzulernen.

Inhalt:

- Lehrdemonstration: Begrüßung und Sicherheitsansage
 - Schmuck ablegen
 - Abfragen von Einschränkungen
 - Hinweise auf Gefahren
 - * Umlenkrolle
 - * Bohrhaken und Expresschlingen
 - * Wandende
 - * Bouldermatte
 - * Drehende Griffe & Tritte
 - * Bewegen in der Kletterhalle
- Lehrdemonstration: Gurt anlegen
 - Vorstellung des Gurtes
 - Teile des Gurtes
 - Gurt unverdreht anziehen
 - Partnercheck Gurt
- Lehrdemonstration: Achterknoten binden
 - Einordnung in Klettervorgang
 - Wozu dient der doppelt gesteckte Achterknoten
 - Demonstration: Stecken des doppelten Achter
 - Unterteilung:
 - * Einfach gesteckten Achterknoten üben
 - * Doppelt gesteckten Achterknoten üben
 - Partnercheck Knoten
- Lehrdemonstration: Sicherungsgerät einlegen und Sichern üben

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Einordnung in Klettervorgang
- Sicherungsgerät kennenlernen
- Demonstration: Sicherungsgerät unverdreht einlegen
- Einlegen der Sicherungsgeräte + Seilendknoten
- Partnercheck Sicherungsgerät
- Sichern üben
 - * Methode 1:
 - Am hängenden Toprope-Seil
 - Seilenden werden verknotet
 - Je doppelter Toprope-Strang ein/e Teilnehmer/in
 - Einstudieren des sauberen Sicherns
 - Einführung der Kommandos ZU und IST ZU
 - Einstudieren des ZU-Machens
 - * Methode 2:
 - Am Vorstiegsseil eingehangen in der 1. Expressschlinge
 - Je Seilstrang ein/e Teilnehmer/in mit je einem Sicherungsgerät eingebunden
 - Ein/e Teilnehmer/in verbleibt mit beiden Händen am Bremsseil und spielt den/die Kletterer/in
 - Andere/r Teilnehmer/in übt das Seil einziehen
 - Wechsel der Positionen
 - Dann Wiederholung mit Kommandos ZU
 - Wechsel der Positionen
 - Dann Wiederholung mit simuliertem Sturz
 - Wechsel der Positionen
 - Dann Wiederholung mit Kommandos ZU und AB mit Ablassen
 - Wechsel der Positionen
- Methodisch-didaktische Reflexion

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemein: Diese Einheit erfolgt lehrerzentriert.

Lehrdemonstrationen: Der/Die Lehrtrainer/in bietet eigene Ausbilderrolle zur methodisch-didaktischen Reflexion an. Eine gute und korrekte Lehrdemonstration vermittelt die Inhalte auf hohem Niveau und gibt den Kursteilnehmern/innen ein Beispiel für das Unterrichten von sicherheitsrelevanten Lehrinhalten.

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Der Umfang der Partnerchecks wurde bereits ausführlich in Unterkapitel 3.11.2 beschrieben.

Diese Einheit bezieht sich ausschließlich auf Methoden Wissen und Sicherungskennnisse vor dem ersten Klettergang 'im Trockenen' zu vermitteln. Die Kursteilnehmer/innen sollen diese Methoden vorgestellt bekommen und erlernen. Klettern & Sturzübungen werden bzw. wurden in anderen Einheiten bereits geschult und beschrieben. Der vollständige Ablauf nach KleVer ist im 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' Kapitel 5 beschrieben. Diese müssen die Kursteilnehmer*innen bereits kennen (Teil der Vorbereitung). Zudem müssen sie hallenspezifisch durch ihre Arbeitsstätten individuell in die vor Ort übliche Kursgebung eingewiesen werden.

3.11.15 Lehrdemonstration: Vorstiegsvermittlung

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen die Inhalte & Themen der Vorstiegsvermittlung als Lehrprobe demonstriert bekommen, um zum einen die Inhalte standardisiert und vollständig vermittelt zu bekommen, zum anderen um eine mögliche Form der Lehrdemonstration als Anhaltspunkt für die eigene Lehrpraxis kennenzulernen.

Inhalt:

- Lehrdemonstration: Klippen
 - Aspekte sicheren und ökonomischen Klippens
 - * Seilverlauf
 - * Klipprichtung
 - * Ausrichtung der Expressschlinge
 - * Gefahrenquellen
 - Noseclip
 - Aushängen
 - Karabinerquer- und offenbelastung
 - Klippspiele
- Sichern üben
 - Sichern üben
 - Am Vorstiegsseil eingehangen in der 1. Expressschlinge
 - * Methode 1:
 - Ein/e Teilnehmer/in gibt Seil aus und der/die gegenüberstehende Teilnehmer/in zieht Seil ein
 - Wechsel der Positionen
 - * Methode 2 (Analog zu Methode 2 aus der Topropevermittlung):

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Je Seilstrang ein/e Teilnehmer/in mit je einem Sicherungsgerät eingebunden
- Ein/e Teilnehmer/in verbleibt mit beiden Händen am Bremsseil und spielt den/die Kletterer/in
- Andere/r Teilnehmer/in übt das Seil ausgeben
- Wechsel der Positionen
- Dann Wiederholung mit Kommando Seil
- Wechsel der Positionen
- Dann Wiederholung mit simulierten Sturz
- Wechsel der Positionen
- **Lehrdemonstration: Bodennahes Sichern und Risikofaktoren**
 - Problematik: Stürzen in Bodennähe
 - * Wandnah sichern
 - * Seitlich versetzt
 - * Kein Schlappseil
 - * Hohe Aufmerksamkeit
 - * Sicher Klettern
 - * 1. Expressschlinge früh klippen
 - * Ab 2. Expressschlinge auf Hüfthöhe
 - * Gewichtsunterschiede
 - Problematik: Überstrecktes Klippen
 - * Vorstiegssimulation
 - * Einführung der Begriffe
 - Sturzzug
 - Fangstoß
 - Sturzfaktor
- **Lehrdemonstration: Seilführung**
 - Aspekte (un)sicherer Seilführung
 - * Z-Klipp
 - * Fußposition hinterm Seil
 - * Gerade Linienführung
 - Vorstiegsübung
 - Buzzerspiel
- **Methodisch-didaktische Reflexion**

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemein: Diese Einheit erfolgt lehrerzentriert.

Lehrdemonstrationen: Der/Die Lehrtrainer/in bietet eigene Ausbilderrolle zur methodisch-didaktischen Reflexion an. Eine gute und korrekte Lehrdemonstration vermittelt die Inhalte auf hohem Niveau und gibt den Kursteilnehmern/innen ein Beispiel für das Unterrichten von sicherheitsrelevanten Lehrinhalten.

Klippen: Bei dieser Lehrdemonstration sollen alle Aspekte des korrekten Klippens in kleinen Schritten erklärt, demonstriert und von den Kursteilnehmern/innen geübt.

Vorstiegssimulation: Der/Die Lehrtrainer/in klettert eine einfache Route im Vorstieg und simuliert jeweils einmal einen Sturz beim Klippen in die ungeklippte Expressschlinge (ca. Höhe vierte Expressschlinge) während des Klippens auf Höhe des Anseilpunktes (1. Simulation) und während des übersteckten Klippens (2. Simulation). Es wird zwingend bei dieser Übung mit einer Toprope-Hintersicherung gearbeitet; Fehler- bzw. Gefahrensimulationen sollen niemals ohne Redundanz durchgeführt werden. Alle Kursteilnehmer/innen müssen das verständlich nachvollziehen können. In beiden Sicherungsketten müssen (Vorstieg und Toprope) die Partnerchecks separat von einander durchgeführt werden.

1. Simulation: Zur Visualisierung wird eine grüne Tapemarkierung beim Klippen auf Höhe des Anseilpunktes vor der ersten Simulation angebracht. Im Anschluss folgt das Kommando ZU (Toprope). Durch langsames Ablassen wird ein Sturz im Vorstieg simuliert. Es kann beobachtet werden, wann sich das Vorstiegsseil zu straffen beginnt, wann die Last auf das Vorstiegsseil übergeben wird und welche Dynamik (Seildehnung, Sturzzug) gegebenenfalls hinzukommen. Nach dem Sturzende wird wiederholt eine grüne Tapemarkierung auf Höhe des Anseilpunktes angebracht.

2. Simulation: Die Simulation wird wiederholt, jedoch wird als Ausgangssituation statt des Klippens auf Höhe des Anseilpunktes, überstrecktes Klippen gewählt. Es wird ein rotes Tape auf Höhe des Anseilpunktes und ein weiteres nach Sturzende auf Höhe des Anseilpunktes an der Wand angebracht.

Auswertung: Mit Hilfe der Tapemarkierungen sollen sowohl die Sturzhöhe als auch die Sturzweite verglichen werden. Durch die Verwendung der entsprechenden Signalfarben soll die Gefahr, die durch überstrecktes Klippen, gerade im Bodenbereich, verdeutlicht werden

Vorstiegsübung: Die Kursteilnehmer/innen setzen in ein bis zwei Routen alle Aspekte korrekter und sicherer Seilführung in Zweierseilschaften um. Der/Die Sicherer/in weist auf mögliche Seilführungsfehler hin.

Buzzerspiel (findet nur Anwendung in der Ausbildung von KleVer-Klettertrainern/innen)

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

und nicht in Vorstiegsausbildungskursen): Der/Die Lehrtrainer/in klettert eine leichte Route im Vorstieg mit Toprope-Hintersicherung und baut Seilführungsfehler ein. In der Vorbesprechung zur Übung muss der Hinweis auf die Besonderheit der Situation gegeben werden und diese nur zu Lehrdemonstrationszwecken angewandt wird. Die Kursteilnehmer/innen müssen jedes Mal laut 'buzzern', wenn sie Fehler entdecken, und die Lösung benennen. Der/Die Lehrtrainer/in korrigiert die Seilführung; er/sie darf in keinem Fall ein falsches Bild unkommentiert lassen.

Methodische Reflexion: Siehe Unterkapitel 3.11.5.

Weiterführende Informationen:

- [Tutorial Schlappseil](#)

3.11.16 Verletzungsprophylaxe

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen Grundlagen erlangen, um vor allem im Anfängerbereich Verletzungen aufgrund von falschem Training vermeiden und entsprechende Empfehlungen geben zu können.

Inhalt:

- Grundlagen der Trainingslehre
 - Was ist Training?
 - Einflussfaktoren auf Leistungsfähigkeit
 - Trainierbare/nicht Trainierbare Faktoren
 - Funktion des Aufwärmens
- Reizanpassung von Knochen, Bändern/Sehnen, Muskeln
 - Problematik des relativ schnellen Muskelaufbaus
 - Verletzungsgefahr in Bändern und Sehnen
 - Grundsätze im Anfängertraining
 - Advanced: Wachstumsfugen bei Kindern
 - * Bewegungstraining als Krafttraining
 - * Große, qualitative Griffe
 - * Steilere Wände als kleinere Griffe
 - * Kein dauerhaftes prophylaktisches Tapen (verstärkt die heterogene Reizanpassung)
- Superkompensationsprinzip
 - Kreislauf aus Belastung, Erholung, Anpassung, Überanpassung

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Erholungsphasen existenziell für positiven Trainingseffekt
- Problem des Super-Up-Downs (Leistungseinbruch und damit verbundene Verletzungsgefahr durch Übertraining) bei zu geringen Erholungsphasen

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit kann schülerzentriert vermittelt werden.

Das Thema Verletzungen und Verletzungsprophylaxe kann sehr gut anhand des Superkompensationsprinzip erklärt werden und muss sich von dem Thema Training abgrenzen, da dies Teil der Techniktrainerausbildung ist.

Es bietet sich an das Modell der Superkompensation (siehe 'Handbuch Ausbildung des Kletterhallenverbandes - Teil 1' Kapitel 7 Abb. 36) anhand von Seilen auf den Boden zu legen und Veränderungen z.B. durch Pausenzeiten zu simulieren bzw. die zeitgleiche Reizanpassung für Muskeln und Sehnen/ Bänder darzustellen und zu diskutieren. Daraus wird anschaulich und spannend dargestellt wie Verletzungen zustande kommen und vermieden werden können. Eine Vorstellung davon wie dieses Schaubild aussehen kann ist in den Abb. 5, 6 und 7 zu finden. Durch das Verändern von möglichen Einflüssen wie bspw. verletzungsbedingten Pausen, kann der Verlauf des Seils neu gelegt werden und somit können interaktiv die positiven bzw. negativen Beeinflussungen veranschaulicht und diskutiert werden.

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

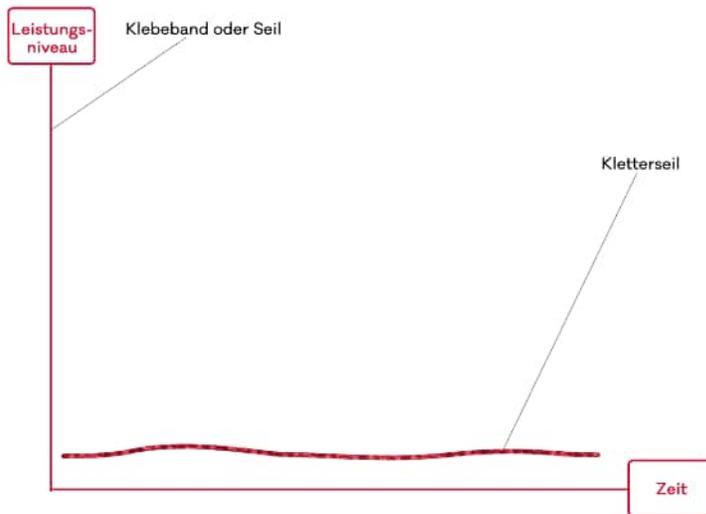


Abbildung 5: Beispielschaubild I.

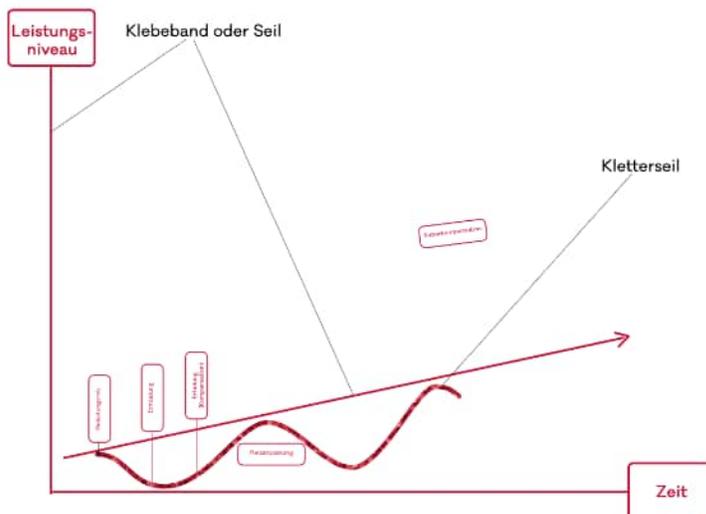


Abbildung 6: Beispielschaubild II.

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

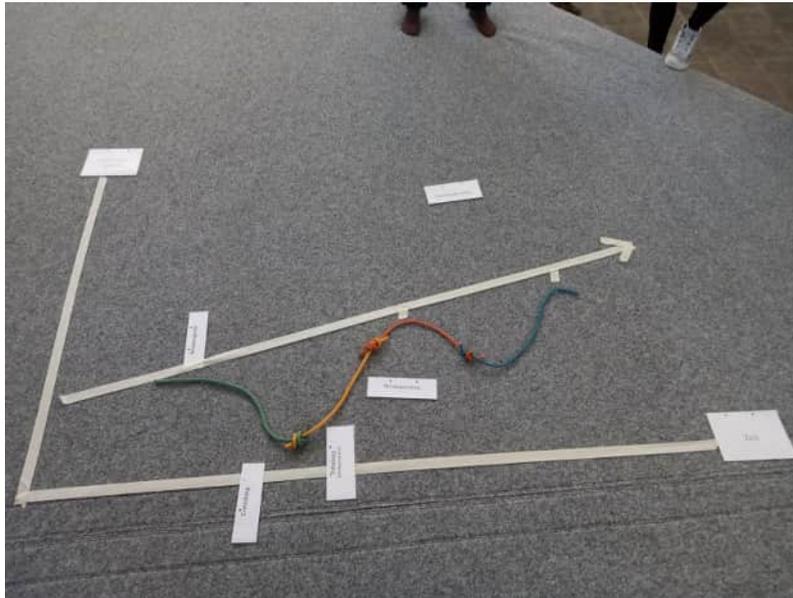


Abbildung 7: Bespielschaubild III.

3.11.17 Übungslehrproben

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen zu Lehren und sich auf die Prüfungslehrproben vorbereiten. Daneben sollen die Trainerapiranten/innen die Möglichkeit bekommen aus den Lehrproben Schlüsse zu ziehen und Fragen zu stellen. Dies ist der geeignete Raum, um auch einmal Fehler zu machen, um diese anschließend zu besprechen und Lösungen zu finden. Zudem sollen sie Personal- und Sozialkompetenzen hinsichtlich Umgehen mit Feedback und Feedbackgeben erlernen.

Inhalt:

- Ausgabe von Übungslehrproben
- Bilden von (gleich starken) Kleingruppen
 - 1 bis 6 Personen - eine Gruppe mit Lehrtrainer/in
 - 7 bis 12 Personen - zwei Gruppen mit je einem/r Lehrtrainer/in
- Vorbereiten der Übungslehrproben; bei 7 bis 12 Teilnehmer/innen in Zweier-teams (je eine Person aus einer Gruppe) - ca. 30 min.
- Durchführung der Übungslehrproben - ca. 20 min je Lehrprobe
- Auswertung der Lehrproben und Feedback in den Gruppen

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Zeitliche Vorstellung: 3,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise &

Stilmittel: Allgemeine Durchführung: Es werden zwei Kleingruppen mit jeweils einem/r Lehrtrainer/in gebildet. Es finden sich immer 2 Personen zusammen, jeweils eine Person aus einer Kleingruppe, die eine Technikaufgabe zusammen vorbereiten. Diese müssen zuvor von den Lehrtrainern/innen ausgegeben werden. Im Anschluss bereiten die Kursteilnehmer/innen in ihren Zweierteams ihre Übungslehrproben innerhalb von 30 min. vor. Je Kleingruppe gibt es somit einmal das gleiche Thema. Die Lehrprobe umfasst einen Ausschnitt zur Vermittlung von Sicherungsinhalten eines Toprope- oder Vorstiegsurses. Dabei ist die Person, welche ihre Lehrprobe durchführt die 'Kursleiter/in' und die übrige Gruppe stellt die 'Kursteilnehmer/innen'. Anschließend bekommen alle 'Kursleiter/innen' 20 min. Zeit für ihren 'Kurs'. Nach jeder Lehrprobe gibt es ca. 10 bis 15 min. Zeit diese zu besprechen.

Feedback geben: Der/Die Lehrtrainer/in wiederholt wie Feedbackgeben funktioniert (sollte aus dem KKB bereits bekannt sein). Als erstes darf der/die designierte Trainer/in seine/ihre Präsentation selber kommentieren. Dies sollte durch den/die Lehrtrainer/in mit den Fragen - Wie geht's dir? - Was ist dir gut und was ist dir nicht so gut gelungen? - moderiert werden. Alle anderen sollen/dürfen anschließend einen Punkt nennen, der ihnen positiv aufgefallen ist und einen, den sie anders (wie) machen würden. Die Punkte dürfen nicht wiederholt und kommentiert werden. Das soll zum einen Wiederholungen und Zeit sparen und schulen sich zu reduzieren, präzise zu formulieren und mit Kritik umgehen zu lernen. Es geht darum, dass die 'Kursleiter/innen' lernen sich nicht zu rechtfertigen und Kritik anzunehmen oder nicht anzunehmen. Sobald alle Kursteilnehmer/innen ihr Feedback gegeben haben, gibt der/die Lehrtrainer/in sein/ihr Feedback mit den noch nicht angesprochenen Punkten oder Ergänzungen.

3.11.18 Grundkenntnisse der Bewegungstechnik

Ziel: Ziel der Einheit soll es sein den Kursteilnehmern/innen ein Grundverständnis von Kletterbewegungen zu geben und diese zu ökonomisieren. Zudem sollen sie lernen im Anfängerbereich klettertechnische Grundlagen an ihre 'Kunden/innen' vermitteln zu können. Außerdem sollen sie auch an ihrer eigenen Klettertechnik arbeiten.

Inhalt:

- Grundlagen der Standardbewegung
- Lehrdemonstration: Grundlagenklettertechnik
 - Fußwechsel
 - Körperschwerpunktverlagerung

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

- Entkoppeln & Nachgeben
- Lehrdemonstration: Klettertechnik für fortgeschrittene Anfänger/innen
 - Stützen & Spreizen
 - Eindrehen
 - Offene Tür
- Methodische und didaktische Reflexion

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Sofern alle Themen in der Ausbildung geschult werden konnten, kann, sofern noch zeitliche Kapazitäten vorhanden sind, das Thema Klettertechnik und Vermittlung dieser geschult werden.

Diese Einheit soll als Lehrdemo gestaltet werden, in der die Kursteilnehmer/innen schülerzentriert ein Grundverständnis von Klettertechniken erlernen. Zeitgleich dient die Einheit als Vorbereitung für spätere Techniktrainerausbildungen.

Da nur wenig Zeit für dieses Thema innerhalb der Ausbildungswoche existiert, ist es optimal, wenn die Lehrtrainer/innen eine Demonstration innerhalb eines 'Kurses' vormachen mit den Kursteilnehmern/innen als 'Kursteilnehmer/innen', so dass die Teilnehmer/innen einen Eindruck davon bekommen, wie Basistechniken vermittelt werden können. Dies ist jedoch nicht der Raum, um in das Technikleitbild von Kletterbewegungen einzuführen bzw. einzelne Techniken zu schulen. Das ist explizit Bestandteil der Techniktrainerausbildung.

Methodische Reflexion: Siehe Unterkapitel 3.11.5.

3.11.19 Prüfung und Prüfungslehrproben

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen theoretisch und praktisch unter Beweis stellen, was sie während der Ausbildung gelernt haben und ob sie für ihre zukünftige Aufgabe als Klettertrainer/innen vorbereitet bzw. geeignet sind.

Inhalt:

- Prüfungsvorbereitung
- Theoretische Prüfung
- Prüfungskorrektur
- Prüfungslehrprobenvorbereitung
- Prüfungslehrproben

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Zeitliche Vorstellung: 4 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Aufgaben für die Lehrproben können zur Vorbereitung entweder am Abend vorher oder mit einer halben bis einer Stunde Vorlauf verteilt werden. Ersteres hat den Vorteil, dass die Kursteilnehmer/innen sich intensiv mit dem Thema auseinandersetzen, Fragen stellen und klären, Literatur und andere Quellen zur Hand nehmen sowie Demonstrationen, Übungsabläufe und Spiele vorbereiten und ausprobieren können. Die Qualität der Lehrproben ist deutlich höher, der Lerneffekt für alle ist größer. Nachteil ist, dass die Kursteilnehmer/innen häufig aufgeregter sind und sich abends teilweise noch sehr lange in der Kletterhalle aufhalten. Ziel des Ausbildungskurses sollte es zudem sein, dass die Kursteilnehmer/innen in der Lage sind, zu allen Standardkursituationen (Toprope und Vorstieg) Unterrichtseinheiten auch spontan durchführen zu können. Die Aufgaben der Lehrproben können sinnvoller Weise in chronologischer Reihenfolge die Abläufe eines Toprope- bzw. Vorstiegsurses simulieren. Erfahrungsgemäß hilft das den Kursteilnehmern/innen sehr beim Verständnis und für den Überblick.

Lehrprobendauer: 15-20 Minuten

Feedbackrunde: 10-15 Minuten Feedback (Selbstwahrnehmung, Fremdwahrnehmung von Kursteilnehmern/innen, Feedback von Lehrtrainern/innen)

Es muss keine ausführliche Feedbackrunde wie bei den Übungslehrproben durchgeführt werden. Vielmehr reicht es aus, wenn nur die Lehrtrainer/innen die wichtigsten Kritikpunkte aufgreifen und kommentieren.

3.11.20 Abschlussrunde

Ziel: Ziel dieser Einheit ist es jedem/r Teilnehmer/in eine Individuelle Einschätzung zu geben, einen gemeinsamen Gruppenabschluss durchzuführen, gelernte Inhalte noch einmal zu reflektieren, noch offene Fragen klären, einen Ausblick zu geben und der Gruppe ein Gesamtfeedback zu geben und einzuholen.

Inhalt:

- Abschließende Einzelgespräche mit den Kursteilnehmern/innen
- Reflexion
- Lizenzvergabe
- Ausblick auf Fortbildungen
- Feedbackrunde
- Verabschiedung

3. - KLEVER KLETTERTRAINER/IN -

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: In den Abschlussgesprächen soll jede/r Teilnehmer/in gemeinsam von beiden Lehrtrainern/innen eine Einschätzung zur Eignung und zu Potentialen bekommen. Wertschätzung ist hier ein sehr gut geeignetes stilistisches Mittel. Sollte eine Prüfung von einem/r Teilnehmer/in nicht geschafft worden sein oder ein/e Teilnehmer/in nicht geeignet sein, ist hier ebenfalls der Raum dies zu besprechen, ggf. Emotionen aufzufangen und einen Ausblick auf die Vorbereitung zu Wiederholung der Prüfungsleistung zu geben. Zudem können ihr auch die Teilnehmer/innen in persönlicher Atmosphäre den Lehrtrainern/innen direkt Feedback geben.

Reflexion: Ziele, Wünsche, Befürchtungen wieder aufgreifen und gemeinsam mit den Kursteilnehmern/innen vom Pin-Board entfernen, wenn die Erwartungen erfüllt wurden. Mut zur Lücke: wenn einzelne Inhalte der Kursteilnehmern/innen noch offen sind, dürfen sie am Board hängen bleiben, das regt zum eigenen Weiterlernen und Fortbilden an. In der Regel werden die meisten Punkte jedoch entfernt, so dass ein Erfolgsgefühl in der Gruppe entsteht, was alles 'geschafft' wurde.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

4 - KleVer Techniktrainer/in -

4.1 Tätigkeitsfeld

Ein/e KleVer-Techniktrainer/in ist nach der Ausbildung bestens geschult, um Kletterer/innen praktische Tipps an die Hand zu geben, um ökonomischer zu klettern bzw. um Kletterer/innen hinsichtlich Kondition, Klettertechnik, Klettertaktik und Psyche in Gruppe oder allein zu trainieren.

4.2 Zulassungsvoraussetzungen

Die Teilnahme an der Ausbildung zum/r KleVer-Techniktrainer/in unterliegt verschiedenen Voraussetzungen. Sind diese vor Kursbeginn nicht erfüllt bzw. können während des Ausbildungszeitraumes nicht unter Beweis gestellt werden, wird die Person nicht zur Ausbildung zugelassen bzw. kann den Kurs nicht erfolgreich durch die Vergabe einer Techniktrainerlizenz des KleVers bestehen und ist dementsprechend im Namen des KleVers nicht geeignet entsprechende Kurse z.B. Technikkurse zu geben.

- Motivation: Bereitschaft zu Lernen und sich auf neue Dinge einlassen; Leidenschaft für den Klettersport
- Mindestalter: 18 Jahre
- Qualifikation: Muss erfolgreich eine KleVer-Klettertrainerausbildung mit aktuell gültiger Lizenz bei Anmeldung abgeschlossen haben
- Arbeitserfahrung: Ausreichende Erfahrung als Klettertrainer/in; ca. 180 h bzw. 30 Kletterschein Toprope-/Vorstiegskurse
- Kletterkönnen: Sicheres Klettern im 8. Grad UIAA im Vorstieg
- Erste-Hilfe-Ausbildung: ein gültiger Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre; Nachweis muss mit Anmeldung eingereicht werden, sonst keine Zulassung
- Selbststudium: es werden Literaturempfehlungen zur Verfügung gestellt, die mit Ausbildungsbeginn durchgearbeitet werden müssen

4.3 Literatur

- Klettern - Sicherung und Ausrüstung - Alpin-Lehrplan 5 - DAV - Chris Semmel
- Klettern - Technik, Taktik, Psyche - Alpin-Lehrplan 2 - DAV - Michael Hoffmann
- Kletterspiele für Kletterwand und Turnsaal - ÖAV

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

4.4 Prüfungen

Im Kurs

- Praktische Überprüfung der Eingangsvoraussetzungen
 - Überprüfung des persönlichen Kletterkönnens; sicheres Klettern im 8. Grad UIAA im Vorstieg (Rotpunkt 8. Grad UIAA)
 - Bei der Bewertung des Kletterkönnens besitzen die Lehrtrainer/innen eigene Ermessungsspielräume. Sollte ein/e Kursteilnehmer/in das Klettern im 8. Grad nicht sicher beherrschen, jedoch sehr gute Leistungen seiner/ihrer Lehrtätigkeit unter Beweisstellen, so kann der/die Kursteilnehmerin im Ermessen der Lehrtrainer/innen dennoch bestehen. Es ist in jedem Fall zu überprüfen, ob der/die Kursteilnehmer/in mental mit der Belastung eines möglichen Sturzes beim Ausbouldern/ OnSight-Klettern umgehen kann. Jedoch sollte bei dieser Entscheidung jedem/r Lehrtrainer/in klar sein, dass ein/e Techniktrainer/in beim Auftreten in der Halle und beim privaten Klettern sich an der Wand sicherer und selbstbewusst bewegen muss.
 - Nach Überprüfung der Eingangsvoraussetzungen entscheidet der/die durchführende Lehrtrainer/in, ob der/die Teilnehmer/in den Ansprüchen des Lehrgangs gewachsen ist. Erfüllt der/die Teilnehmer/in die Anforderungen, nimmt diese/r am Lehrgang teil. Erfüllt diese/r die Anforderungen trotz Bewertungsspielräumen nicht, kann dennoch am Kurs teilgenommen werden. Das erfolgreiche Bestehen des Lehrgangs ist jedoch ausgeschlossen.
- Lehrproben
 - Erfolgreiches Bestehen einer Lehrprobe mit dem Thema 'Vermittlung von Klettertechnik; Mögliche Inhalte:
 1. Entkoppeltes Antreten
 2. Drüber und Drauf Frontal
 3. Drüber und Drauf Eingedreht
 4. Greifen
 5. Präzises Treten
 6. Stützen und Spreizen
 7. Gegendrucktechnik
 8. Einfache Dynamos
 9. Offene Tür 1 - Grundtechniken
 10. Offene Tür 2 - Scheren & Pendeln
 11. Offene Tür 3 - Ägypter
 12. Offene Tür 4 - Hooks

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Abschlussgespräch - Persönliche Eignung zum/r KleVer-Techniktrainer/in
 - Die persönliche Eignung zum/r KleVer-Techniktrainer/in wird über den gesamten Lehrgang hinweg geprüft und beurteilt. Auch hier besitzen die Lehrtrainer/innen einen Ermessensspielraum und müssen abschließend beurteilen, ob der/die Kursteilnehmer/in eine fachliche, pädagogische und soziale Kompetenz besitzt Gruppen und Personen anzuleiten. Gerade die soziale Kompetenz ist nicht unmittelbar vermittelbar. Sollte bspw. der/die Kursteilnehmer/in nicht in der Lage sein mit Personen respektvoll zu kommunizieren, muss seine/ihre Eignung infrage gestellt werden und das erfolgreiche Bestehen darf nicht gewährt werden.

4.5 Lizenzgültigkeit

Nach erfolgreichem Bestehen der Ausbildung zum/r KleVer-Techniktrainer/in wird eine Lizenz ausgehändigt, welche für 3 Jahre gültig ist. Innerhalb von 3 Jahren muss eine für KleVer-Techniktrainer/innen zugelassene KleVer-Fortbildung absolviert werden. Diese verlängert die Dauer der Lizenz um zwei Jahre. Innerhalb dieser Zeit muss eine weitere Fortbildung absolviert werden, um die Lizenz wiederholt um 2 Jahre zu verlängern.

4.6 Inhaltliche Kurzübersicht

- Lehr- und Lernmethodik
- Grundlagen allgemeiner Trainingslehre
- Bewegungslehre
- Energiebereitstellung
- Techniktraining
- Mentaltraining
- Grundlagen Konditions- & Taktiktraining
- Grundlagen Personaltraining
- Videoanalyse
- Aufwärmung & Regeneration
- Verletzungsprophylaxe
- Lehrdemonstrationen

4.7 Lehrgangsdauer

40 Zeitstunden (zzgl. Pausen) aufgeteilt auf 6 Tage

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

4.8 Thematischer und zeitlicher Ablauf

Uhrzeit	Tag 1	Tag 2	Tag 3	Tag 4	Tag 5	Tag 6
09:00		Lehren und Lernen; Klettern mit Videoaufzeichnung	Phasenmodelle; Ökonomisches Klettern; Schraubbilder entwickeln; Analyse der Kletterbewegung	Instant Übungslehren	Energiebereitstellung; Aufbau Kraft-, Ausdauer- & Ausgleichstraining	Überprüfung persönliches Können; Prüfungslehren, Abschluss- & Feedbackrunde
13:00		Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	
14:00		Analyserunde; Demonstrationslehrprobe	Technikerwerbs- & Anpassungstraining; Regeneration	Aufwärmen; Klettertaktik	Be Creative; Mentaltraining	Ende
18:00	Kennenlernen; Vorstellungsrunde; Erwartungen; Einstieg ins Thema	Ende	Ende	Ende	Ende	
20:00	Ende					

4.9 Allgemeine methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel:

Wichtige Punkte können bei theoretischen Abhandlungen generell auf einem Pin-Board o.Ä. gesammelt bzw. visuell dargestellt werden.

Den ganzen Zeitraum über soll es ausreichend Raum für Fragen & Feedback geben. Nach jedem Themenblock sollte dies dementsprechend explizit angeboten werden noch offene Fragen zu klären. Jedoch sollten 'off-topic'-Fragen auf die Mittagspause oder das Kursende verschoben werden. Feedback ist ein wertvolles Mittel, um die eigene Ausbilderrolle und -praxis stetig zu hinterfragen und zu verbessern. Deshalb wird das Instrument des Feedbacks, sowohl seitens des/der Lehrtrainer/innen als auch der Kursteilnehmer/innen untereinander über die gesamte Dauer des Kurses geübt und wertschätzend angewendet. Feedback ist frei von persönlichen Angriffen. Es beschreibt lediglich ein Verhalten bzw. eigene Reaktionen und Gefühle, bietet mögliche Lösungsansätze für Problemstellungen und Handlungsempfehlungen an und wird nicht vom Gegenüber kommentiert. Ggf. Verständnisfragen sind erlaubt.

Jeweils zu Tagesbeginn und zum Tagesabschluss sollte eine etwa 5-minütige Befindlichkeitsrunde stattfinden, um Stimmungen und Dynamiken in der Gruppe zu erkennen und darauf reagieren zu können.

Lehrdemonstrationen sollen so gestaltet sein, dass die Kursteilnehmer/innen

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

in die Rolle von Kunden/innen eines Kletterkurses schlüpfen. Dadurch erleben die Kursteilnehmer/innen die Situation aus Kundensicht und können sich ggf. später besser in ihre eigenen Teilnehmer/innen hineinversetzen, sie bekommen Inspirationen, wie Themenblöcke und Einheiten in eigenen, späteren Kursen gestaltet werden können und der/die Lehrtrainer/in kann Wissen gleichzeitig praktisch vermitteln. Je besser und authentischer die Lehrdemonstration, desto stärker ist der Lernerfolg der Kursteilnehmer/innen. Zudem sollen die Kursteilnehmer/innen nach jeder Lehrdemonstration diese hinsichtlich der im Kursverlauf vorgestellten methodischen und didaktischen Grundsätze und Lehrmethoden analysieren und reflektieren.

4.10 Inhalte

4.10.1 Kennenlernen

Ziel: Beim Kennenlernen sollen die Kursteilnehmer/innen und die Lehrtrainer/innen einen Eindruck von einander bekommen, wer an dem Kurs teilnimmt, was der gemeinsame Kenntnisstand ist, in wie weit sich schon jeder mit dem Schwerpunkt leistungsorientiertes Training auseinandergesetzt hat und was die Kursteilnehmer/innen bewegt teilzunehmen. Ferner soll darauf eingegangen werden, was der Kurs im Stande ist zu leisten und wo Grenzen gesetzt sind.

Beim Einstieg ins Thema sollen die Kursteilnehmer/innen einen Eindruck davon bekommen, was unter Training verstanden wird, fachliche Kenntnisse erlangen, um Training von Klettern mit Trainingseffekt zu unterscheiden, und lernen welche Trainingsschwerpunkte gesetzt werden können.

Inhalt:

- Kennenlernspiel
- Kurzvorstellung der Kursleitung
- Programmablauf für die nächsten Tage vorstellen und Prüfungen erklären
- Organisatorische Fragen klären.
- Raum für Kursteilnehmerfragen
- Erwartungen der Kursteilnehmer/innen einholen
- Einstieg ins Thema
 - Brainstorming: Klettergewohnheiten (Welche Klettergewohnheiten bzw. Routinen haben die einzelnen Kursteilnehmer/innen und wie gestalten sie ihre Klettertage?)
 - Gruppieren von Trainingsschwerpunkten
 - * Kondition (Kraft, Ausdauer, Schnellkraft, Maxkraft, Mobilität, ...)

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- * Mentale Stärke (Sturzangst, Vorstiegsangst, Versagensangst, Höhenangst, Disziplin, Selbstbewusstsein, Selbstmotivation, Eigenwertschätzung, Frustrationstoleranz, . . .)
 - * Mobilität (hier und fortlaufend als eigenständiger Punkt, da sich Mobilität auch unabhängig von Kraftübungen/Übungen mit Gewichten trainieren lässt)
 - * Technik
 - * Taktik
- Brainstorming: Was ist Training?
 - Definition von Training
 - Training umfasst: (leistungsangepasstes) Ziel, Plan, Kontrolle, Plananpassung, Periodisierung, System, Spezifik, Individualität, Akkommodation

Zeitliche Vorstellung: 2 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Kennenlernspiel: Nach einer kurzen Begrüßung kann mit dem Spiel 'Landkarte' eingestiegen werden. Dabei werden Fragen in die Runde gestellt und die Kursteilnehmer/innen stellen sich auf einer Landkarte auf, wo sie sich zugehörig fühlen bzw. auf einer Skala von 1 bis 10. Hier können interessante und tragende Informationen sowie Erwartungen und Kenntnisstände bei allen Kursteilnehmern/innen abgefragt werden. Die Lehrtrainer/innen spielen mit. Die Kursteilnehmer/innen können ebenfalls Fragen stellen. Beispiele:

- Wo seid ihr geboren?
- In welcher Stadt lebt ihr momentan?
- Klettert ihr z.Zt. eher in der Halle oder am Fels?
- Bouldert oder klettert ihr momentan mehr?
- Klettert ihr lieber OnSight oder projiziert ihr lieber?
- ...

Die Antworten können dabei auf einem Zettel festgehalten werden. Im späteren Verlauf des Kurses können sie z.B. dazu dienen Kleingruppen zu bilden (alle OnSight-Kletterer/innen bzw. alle Rotpunktkletterer/innen in eine Gruppe).

Erwartungen, Ziele, Befürchtungen: Diese können ebenfalls auf einem Zettel je Kursteilnehmer/in festgehalten werden und in der Abschlussrunde noch einmal Eingang finden.

Einstieg ins Thema: Dieser Teil ist stark schülerzentriert und es wird vermehrt

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

auf einem Flipchart gearbeitet. Es werden Klettergewohnheiten zusammengefasst, die vor- während oder nach einer Kletter-/Trainingssession von den Kursteilnehmern/innen durchgeführt werden. Aus diesen werden anschließend die 4 bzw. 5 Trainingsschwerpunkte im Klettern extrahiert und ggf. noch weitere Assoziationen eingefügt. Anschließend kann daraus in einem Brainstorming die Definition eines Trainings gemeinsam erarbeitet werden. Am Ende wird dies mit einer der unzähligen Definitionen von 'Training' abgeglichen und die Klettergewohnheiten der Kursteilnehmer/innen hinsichtlich ihres Trainingsgehalts auf Sinnhaftigkeit und Nutzen betrachtet.

4.10.2 Lehren und Lernen

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen am Ende der Einheit verstehen nach welchen Kriterien und mit welchen geeigneten Methoden eine Übungseinheit für Kunden aufgebaut werden sollte, um 'Kunden/innen' zu motivieren und einen hohen Lernerfolg zu garantieren.

Inhalt:

- Zielgruppe
 - Mit wem arbeiten wir und welchen Kenntnisstand setzen wir voraus?
- Einflüsse auf die Lernmotivation
- 3-Zonen-Modell
 - Komfortzone
 - Lernzone
 - Panikzone
- Arbeiten in der Lernzone
 - Was kennzeichnet die Lernzone?
 - Warum lerne ich in am besten in der Lernzone?
 - Wie komme ich (wieder) in die Lernzone?
 - Wie wähle ich die Übungen aus und in welcher methodischen Reihe füge ich sie zusammen, so dass die 'Kunden/innen' im Rahmen eines Trainings in der Lernzone verbleiben (dynamischer Prozess)?
- Schülerzentriertes Arbeiten vs. lehrerzentriertes Arbeiten in der Praxis
 - Was ist geeignet für Training von Technik, Kondition, Psyche, Mobilität, Taktik?
- Logischer Aufbau eines Techniktrainings

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Vom Erwerb zur Automatisierung und Adaption (Anwenden des Gelernten auf neue, komplexere Bewegungsprobleme) – Einbezug des Gelernten vom Vortag
- Aufbau einer methodischen Reihe
 - Was sind geeignete Vorübungen?
 - Können Bewegungen sequenziert werden?
 - Kann ich jede Sequenz mit speziellen Übungen einstudieren?
 - Wie wähle ich das Gelände für das Einstudieren und wie passe ich es an um die Technik zwingend abzufragen?
- Konzeption eines Kurses
 - Vorbetrachtungen und Vorbereitung von praktischen Übungen für spätere Kunden/Klienten/Trainingskurse; d.h. Auswahl geeigneter Übungsgelände und geeigneter Klettersequenzen
 - Was ist das Ziel der eigenen konzipierten Übung, was sollen die 'Kunden/innen' am Ende gelernt haben?
- Reflektion

Zeitliche Vorstellung: 2 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemein: Diese Einheit legt die Basis methodischen Arbeitens im Technikbereich. Die im Inhalt aufgeworfenen Fragen sollen dem/r Lehrtrainer/in und Kursteilnehmer/innen dazu dienen zu vergegenwärtigen, mit wem haben wir es zu tun, was fördert die Lernmotivation und den Lernerfolg, wie arbeite ich mit den 'Kunden/innen' und wie konzeptioniere ich ein Training/Workshop/Kurs.

Kurskonzeption: Am Einfachsten ist es diesen Abschnitt anhand eines Techniktrainingsbeispiels, wie z.B. Drüber und Drauf, in der Theorie zu vergegenwärtigen. Diese Übung legt den Grundstein für die Entwicklung der Kursteilnehmerlehrproben.

Reflektion: Die Kursteilnehmer/innen sollen alle Tage und Einheiten, gegeben durch die Lehrtrainer/innen, auch auf hier gezeigten Lehrmethoden hin betrachten und validieren, um ggf. auch Teile aus dem Ausbildungskurs in die eigene Lehre zu integrieren bzw. sich zu eignen Übungen und Methoden inspirieren zu lassen.

4.10.3 Klettern mit Videoaufzeichnung

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen Videotechnik als Analysetool zu verwenden.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Inhalt:

- Klettern in Dreierseilschaften
- Videoanalyse durch die Seilschaften mit Lehrtrainer/in

Zeitliche Vorstellung: 2 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Kursteilnehmer/innen gehen zu dritt Klettern. Eine Seilschaft wird dabei in aussagekräftigen Touren (ein Grad UIAA unter eigenem OnSight-Niveau) immer von der dritten Person mit einem Tablet gefilmt. Anschließend analysieren die Kleingruppen danach, was der/die Kletterer/in für Ineffizienzen & Stärken hat und wie diese/r Potentiale verbessern und nutzen kann. Die Lehrtrainer/innen gehen rum und bringen sich in die Besprechungen ein. Es soll ein Verständnis für den Zusammenhang von Bewegungstechnik und Kraftreserve hergestellt werden.

4.10.4 Analyserunde

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen Ineffizienzen, aber auch Stärken zu erkennen.

Inhalt: Videopräsentation der Videos auf Leinwand.

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Von den aufgenommen Videos werden einige exemplarische in der großen Gruppe gemeinsam analysiert. Dies kann schülerzentriert geschehen. Dabei sollen die Kursteilnehmer/innen einwerfen, wo sie welches 'Defizit' erkennen. Dies kann sekundengenau in Slow Motion passieren. Es empfiehlt sich Videos zweimal zu schauen, da die Teilnehmer/innen wie auch der/die Lehrtrainer/in einen Durchlauf benötigen Ineffizienzen zu erkennen. Im zweiten Durchgang wird kommentiert. Ineffizienzen, die nicht erkannt werden, sollten die Lehrtrainer/innen ergänzen.

Da Kletterer/innen auf einem hohen Kletterniveau (8. Grad UIAA) kaum Schwierigkeiten mit Basiskletterertechniken haben, ist es ggf. sinnvoll das Videoangebot durch Videos von Kletteranfängern/innen zu ergänzen und einzustreuen. Hier sieht man häufig sehr deutlich Stärken und Ineffizienzen.

4.10.5 Demonstrationslehrprobe: Klettertechnik & Taktik

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen zur Anschauung und zum Verständnis eine Demonstration durch die Lehrtrainer/innen in zwei Kleingruppen bekommen, wie eine Techniklehrprobe aussehen kann. Die Lehrprobe richtet sich an

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

das Leistungsvermögen der Kursteilnehmer/innen (bewusst nicht niedrigschwerlich) nicht an das der späteren 'Kunden/innen'. Die Kursteilnehmer/innen sollen die Lehreinheit aus zwei Aspekten erfahren: Selber als 'Kunde/in' (Kundensicht) & an ihren eigentlichen Skills arbeiten und sie sollen die Lehrprobe hinsichtlich der Lehrmethode/ des Lehrstils reflektieren.

Inhalt:

- Klettertaktik:
 - Der/Die Lehrtrainer/in sucht oder definiert im Boulder-/Kletterbereich drei Boulder
 - Die Kursteilnehmer/innen sollen visualisieren, wie die Hand-/Fußabfolge sein könnte und dies mit Händen und Füßen 'trocken' durchgehen (erst einmal in der Kleingruppe, anschließend zu zweit)
 - Dann wird der Boulder geklettert
 - Dann sollen die Kursteilnehmer/innen diskutieren, ob ihre Abfolge so umsetzbar und was umsetzbar bzw. warum es nicht so umsetzbar war
- Klettertechnik:
 - Der/Die Lehrtrainer/in sucht oder definiert 3 geeignete Boulder, in der die Kursteilnehmer/innen die 'Körperwelle' einstudieren und anwenden sollen. Dabei sollten die Boulder so definiert sein, dass die Welle nicht nur als Sprung durchgeführt, sondern auch mit einem dynamischer Zug möglich ist, ohne dass die Füße zwingend den Kontakt zu ihren Tritten verlieren
 - Die Kursteilnehmer/innen versuchen die Technik in den 3 Bouldern anzuwenden
- Klettertechnik:
 - Der/Die Lehrtrainer/in sucht eine geeignete Stelle in der 'Drüber & Drauf' (Bewegungsphasen werden in der Theorie am 3. Tag analysiert) angewendet werden muss. Dabei sollte die Möglichkeit bestehen, dass einige Tritte/Griffe in ihrer Größe und ihrer Position vom Schwerpunkt variabel sind (ggf. umschauben) bzw. die Wandneigung durch weitere Stelle verändert werden.
 - Die Kursteilnehmer/innen versuchen die Technik umzusetzen. Sollte die Kursteilnehmer/innen die Technik nicht umgesetzt bekommen, dann analysiert die Gruppe, woran es hakt und was der/die Kursteilnehmer/in verändern muss. Sollte die Bewegung klappen, dann wird die Schwierigkeit angepasst und es läuft ein neuer Durchgang
- Schlussbesprechung (ca. 30 min)
 - Auswertung der Lehrprobe in den Kleingruppen

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die hier vorgestellte Lehrprobe ist exemplarisch. Der/Die Lehrtrainer/in ist frei eigene Lehrdemos nach den gestellten Zielsetzungen zu definieren. Es ist jedoch unbedingt die Zeitvorgabe zu beachten; max. eine Zeitstunde. Anhand dieser Lehrdemonstration erfahren die Kursteilnehmer/innen in der Praxis schülerzentriertes Erarbeiten von Klettertechnik- & Taktik.

4.10.6 Phasenmodelle in der Theorie

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen Kletterbewegungen zu zerlegen, zu verstehen und grob Probleme/Trainingsschwerpunkte bei 'Kunden/innen' im Bewegungsablauf zu identifizieren.

Inhalt:

- Theoretische Einführung in Betrachtung und Schulung von Kletterbewegungen
- Wo sind Kletterbewegungen zu verorten?
- Wie können Kletterbewegungen zerlegt werden?
- Wozu ist das gut und was verstehe ich unter „ökonomischen/effizienten Klettern“?
- Energiediagramme (Energieaufwand je Phase)

Zeitliche Vorstellung: 30 min

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit ist sehr gut in Form einer Videopräsentation zu veranschaulichen und legt den Grundstein Kletterbewegungen zu zerlegen und dadurch die Ursachen einer Ineffizienz zu erkennen. Anhand dieser Zerlegung ist es einfacher Klettertechniken einzuführen.

4.10.7 Ökonomisches Klettern

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen die Bewegungsmuster von sich selbst und bei anderen in der Praxis zu zerlegen und anhand von Videos detaillierte Probleme/Trainingsschwerpunkte bei 'Kunden/innen' zu identifizieren. Es soll ggf. wieder mit Videotechnik gearbeitet werden. Die Teilnehmer/innen sollen geeignete Übungen entwickeln, um z.B. Technikineffizienzen (ggf. auch Stärken betrachten) zu bearbeiten.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Inhalt: Praktisches Beschreiben von Bewegungsphasen beim Klettern sowie Provozieren von Klettertechniken unter Hinzunahme von Schraubbildern und Arbeit an der eigenen Klettertechnik in Begleitung von Videoanalyse in der Praxis:

- Es werden Schraubbilder (für links und rechtsseitige Ausführung) ausgegeben und diese durch die Kursteilnehmer/innen in zwei Kleingruppen in einem für 'die Zielgruppe' (Anfänger/innen) entsprechenden Wandbereich eingeschraubt.
- Die Kursteilnehmer/innen übertragen nun die Bewegungsphasen in der zuvor erlernten Einheit praktisch auf das Schraubbild (Miniboulder/Sequenz) und benennen dabei jede Phase (Abstraktion, weil Phasen häufig fließend sind) in der Gruppe.
- Jede/r Kursteilnehmer/in soll dabei einmal die Klettersequenz bewusst durchgespielt haben.
- Anschließend wird anhand einer (oder zwei Phasen, wenn die Kursteilnehmer/innen sehr schnell und fit sind) unter Videoaufzeichnung das Ökonomisieren der Kletterbewegung im Wechsel zwischen praktischer Durchführung und Analyse besprochen. Dabei soll jede/r Kursteilnehmer/innen mindestens einmal die Sequenz klettern und sich aufzeichnen lassen und anschließend die Videoaufzeichnung mit allen, durch die Gruppe angeleitet, ausgewertet werden. Durch den Vergleich von verschiedenen Kursteilnehmervideos können Unterschiede deutlich herausgearbeitet und die Arbeitsschwerpunkte Einzelner bestimmt werden.
- Anschließend sollen die Kursteilnehmer/innen die Übung wiederholen und dabei bewusst die Tipps zur Verbesserung umsetzen.
- Im Anschluss sollen die Details, die jede Phase kennzeichnen, zusammengefasst werden.

Zeitliche Vorstellung: 2 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: In dieser Übung sollen die Kursteilnehmer/innen die Bewegungssequenzen anhand eines Miniboulders in der Praxis zerlegen lernen und durch eigenständiges Klettern, die Bewegung durchdenken. Je nachdem wie jede/r Kursteilnehmer/in die Stelle löst, kann anhand der Videoaufnahme die Technik immer weiter angepasst und verbessert werden. So lernen die Kursteilnehmer/innen an sich selber die Erkennungsmerkmale, auf die es bei einer Bewegungsphase bzw. Technik ankommt, kennen und lernen dies fachlich zu beschreiben.

Anhand der Phase 'Drüber & Drauf frontal' kann bspw. die ökonomische Umsetzung durch eine Parabel, die der Körperschwerpunkt beschreibt, im Video durch

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

anlegen einer Kurve, klar beschrieben werden, während ein Reißen über die Haltehand eher zu einer Geraden führt (gerade im Verlauf des Körperschwerpunktes anlegen). Gleichzeitig kann bspw. die lange Unterstützung der Haltehand und Greifen im Amplitudenmaximum mit anschließender Stabilisierung im langen Arm mittels Videotechnik gemessen und verdeutlicht werden.

Anhand von Lernkarten können die Bewegungsphasen in jedem Moment visualisiert und die Erkennungsmerkmale je nach Phase/Technik übersichtlich zusammengefasst werden.

4.10.8 Eigene Schraubbilder entwickeln und auf Eignung testen

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen selbstständig Klettersequenzen zu definieren.

Inhalt: In Zweiertteams Klettersequenzen/Miniboulder hinsichtlich einer Kletterphase/Technik erstellen.

Zeitliche Vorstellung: 30 min

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel:

Um an die letzte Einheit anzuschließen, kann als Aufgabenstellung die Phase 'Drüber & Drauf eingedreht' als Klettersequenz für die links- und rechtseitige Ausführung eingeschraubt werden. Dadurch wird die vorherige Einheit noch einmal durchdacht und Unterschiede in der Ausführung müssen erkannt werden (vom Bekannten zum Unbekannten). Die Teams sollen anschließend ihre Klettersequenzen hinsichtlich der Erfüllung der Aufgabenstellung testen und abgleichen.

4.10.9 Analyse der Kletterbewegungen

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen Kunden/innen anzuleiten und deren Klettervermögen zu analysieren.

Inhalt:

- Die anderen Teams testen jetzt jeweils die Klettersequenzen ihrer Mitglieder aus der eigenen Kleingruppe.
- Es wird ausgewertet, ob das Schraubbild für die Technik funktioniert und für die Zielgruppe geeignet ist und wo es bei der Bewegungsausführung der anderen Kursteilnehmer/innen noch Ineffizienzen gibt.
 - Wie muss ggf. die Klettersequenz angepasst werden, dass die Sequenz für die Technik funktioniert?
 - Was muss ggf. der/die Kursteilnehmer/in ändern, dass er/sie die Sequenz schafft?

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Wie muss ggf. die Klettersequenz angepasst werden, dass die Problemstellung je nach Leistungsstand (Leistungsgrenze treffen) der einzelnen Kursteilnehmer/innen ausschlaggebend wird?
- Was muss der/die Kursteilnehmer/in nach dem Abändern Klettersequenz nun verändern, dass er/sie die Sequenz schafft?

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeines: Die gemeinsame Auswertung erfolgt analog zur Einheit im Unterkapitel 4.10.7 'Ökonomisches Klettern'.

Anpassen der Klettersequenz an den Leistungsstand: Hierbei lernt der/die Kursteilnehmer/in u.a. zu erkennen, wie Klettersequenzen in der Schwierigkeit angepasst werden können bzw. wie eine sich Ineffizienzen in einzelnen Bewegungsphasen besser herausarbeiten lassen und wie sich Bewegungsherausforderungen in Abhängigkeit vom Klettergrad/Kletterkönnen unterscheiden. Zum Anpassen kann der Miniboulder z.B. durch das versetzen, drehen, austauschen oder tauschen von Tritten/Griffen verändert werden. Dies soll kurz anhand des Problems der 'Offenen Tür' erläutert werden: z.B. den Tritt mehr im Lot oder aus dem Lot raus schrauben – Wie kann dies anschließend kompensiert werden? Am Ende soll der Kreisschluss zur Bewegungsoptimierung bzw. zu Potentialen erfolgen – Was benötigt es, dass die Bewegung an der Leistungsgrenze dann doch möglich wird? Dies sollte möglichst schülerzentriert erfolgen, in dem die Kursteilnehmer/innen analysieren, an was der Lösungsversuch hapert und was geändert werden muss (z.B. mehr Schulterkraft, näher an der Wand stehen, andere Lösung durch einen Hook, ...).

4.10.10 Technikerwerbs- & Technikanpassungstraining

Ziel: Die Teilnehmer sollen lernen eigene Ideen zu entwickeln, wie eine Übung zum Erwerb einer Technik/Bewegungssequenz aufgebaut werden kann.

Inhalt:

- Einnehmen von Kletterpositionen und ausführen von Kletterbewegungen mit Vorgabe durch Lehrtrainer/in
 - Kletterposition (bewegungslos) - 'Einnehmen einer ökonomischen Pausenposition' an zwei Armen und auf zwei Füßen
 - * Vorgabe: zwei Haltegriffe; Tritte für beide Füße selbstständig aussuchen
 - * Variation der Haltegriffe
 - * Vorgabe: zwei Tritte; Griffe für beide Hände selbstständig aussuchen

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- * Vorgabe: zwei Griffe und ein Tritt; Tritt für zweiten Fuß selbstständig aussuchen
 - Kletterbewegung aus der Ruheposition heraus vorbereiten - 'Entkoppeltes Antreten'
 - * Vorgabe: zwei Griffe und einen Tritt im Y-Lot; Ruhepositionen mit einem hängenden Fuß einnehmen
 - * Variation der Haltegriffe und des Tritts
 - * Neuen Tritt suchen (durch Kursteilnehmer/in) und belasten; neue Ruheposition einnehmen
 - * Neuen Tritt vorgeben (durch Lehrtrainer/in) und belasten; neue Ruheposition einnehmen
 - Kletterbewegung aus der Ruheposition heraus ausführen - 'Schwerpunkt über den Tritt bringen' und 'Drüber & Drauf'
 - * Vorgabe: zwei Griffe, einen Tritt im Y-Lot und einen Zielgriff in Reichweite; Ziehen zum Zielgriff über neuen selbstgewählten Tritt (neuer Standfuß)
 - * Variation der Haltegriffe, des Tritts und des Zielgriffs
- Arbeiten in Zweiertteams

Zeitliche Vorstellung: 2 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeine Hinweise: Diese Übung lebt davon, dass die Kursteilnehmer/innen ihren eigenen Körper spüren lernen bzw. spüren, durch welche Änderung eine Position/Bewegung weniger energie- bzw. kraftaufwendig bzw. machbar wird. Je mehr Vorgaben durch den/die Lehrtrainer/in gemacht werden, desto größer wird die Herausforderung und um so gezielter können Aufgabenstellungen und Bewegungsdetails herausgearbeitet werden. Im Umkehrschluss heißt dies aber auch, dass durch mehr Freiheitsgrade die Kursteilnehmer/innen selbstständig funktionierende Lösungen selber finden und entwickeln können.

Übungsaufbau: Der Aufbau der Übung entspricht der einer methodischen Reihe und wird mit der Einhaltung der Reihenfolge einen sehr großen Lernerfolg und Erkenntnisgewinn liefern. Es wird in Kleingruppen gearbeitet.

1. Teilübung - Einnehmen einer Position in Ruhelage: Die Kursteilnehmer/innen sollen nun an der Kletterwand eine ökonomischen Pausenposition (bewegungslos) mit beiden Armen und Füßen einnehmen. Dabei gibt der/die Lehrtrainer/in als erstes zwei Haltegriffe vor (am besten zwei große Griffe auf gleicher Höhe) und jede/r Kursteilnehmer/in muss nun eine ökonomische Ruhepositionen an zwei Armen einnehmen. Die Tritte sollen sie sich selbst aussuchen. Gemeinsam soll anschließend erarbeitet werden, worauf die Kursteilnehmer/in geachtet haben, um möglichst lange die Position halten zu können, z.B. Langer Arm,

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Schwerpunkt möglichst nah an der Wand, Hüfte geöffnet, Schwerpunkt tief, Schwerpunkt im Lot zwischen den Armen, Schulter zentriert (Einwurf zentrierte Schulter). Das ist die erste Phase: Technikerwerb. In der zweiten Phase geht es um Technikanpassung, d.h. die Kursteilnehmer/innen sollen ihre Erkenntnisse in Bezug auf diese Position auf ähnliche Positionen bzw. Aufgabenstellungen bzw. Kletterprobleme in der Wand übertragen. Dazu werden die Griffe und Tritte ein wenig variiert.

Der/Die Lehrtrainer/in wiederholt somit die Übung mehrmals und gibt zwei neue Haltegriffe vor und variiert dabei die Größe und Position der Haltegriffe zueinander und die Wandneigung. ggf. simuliert der/die Lehrtrainer/in frontale und auch eingedrehte Ruhepositionen.

Um diese Übung in ihrer Intensität zu steigern können auch zwei Tritte vorgegeben werden und die Kursteilnehmer/innen müssen passende Griffe dazu suchen. Die größte Steigerung dieser Übungseinheit besteht darin, dass von dem/der Lehrtrainer/in zwei Griffe und ein Fuß vorgegeben werden. Es bietet sich jetzt nur noch wenig Bewegungsspielraum und die Kompensation kann kaum noch durch Körperschwerpunktsverlagerung erzeugt werden sondern verlangt den erhöhten Einsatz von Muskelkraft und ggf. Mobilität und Kreativität

2. Teilübung - Initiieren einer Kletterbewegung aus der zuvor eingenommenen Ruheposition; Erweiterung bzw. Steigerung der 1. Teilübung: Die Kursteilnehmer/innen sollen nun an der Kletterwand aus ihrer ökonomischen Pausenposition den Zug zum nächsten Griff durch 'Entkoppeltes Antreten' vorbereiten. Dazu gibt der/die Lehrtrainer/in zwei Haltegriffe vor (am besten zwei große Griffe auf gleicher Höhe) und einen Tritt (am besten im Y-Lot von beiden Griffen) und jede/r Kursteilnehmer/in muss nun eine ökonomische Ruhepositionen an zwei Armen mit einem hängenden Fuß einnehmen. Bzw. können auch zu Anfang zwei Tritte vorgegeben werden und der/die Lehrtrainer/in entscheidet welcher Tritt anschließend gelöst werden muss. Gemeinsam soll anschließend erarbeitet werden, worauf die Kursteilnehmer/in geachtet haben, was sich an ihrer Haltung nach dem Lösen des Fußes verändert hat und warum. Anschließend sollen die Kursteilnehmer/innen mit dem hängenden Fuß einen neuen, selbst definierten Tritt ansteuern und diese so belasten, dass der alte Standfuß gelöst werden kann und hängt. Es soll wieder eine Ruheposition eingenommen werden. Gemeinsam soll anschließend wiederum erarbeitet werden, worauf die Kursteilnehmer/in geachtet haben, was sich beim Fußwechsel verändert hat und warum. Das ist wiederum die erste Phase: Technikerwerb. In der zweiten Phase geht es um Technikanpassung, d.h. die Kursteilnehmer/innen sollen ihre Erkenntnisse in Bezug auf diese Position auf ähnliche Positionen bzw. Aufgabenstellungen bzw. Kletterprobleme in der Wand übertragen. Dazu werden die Griffe und Tritte ein wenig variiert.

Der/Die Lehrtrainer/in gibt zwei neue Haltegriffe mit einem Tritt vor und variiert dabei die Größe und Position der Haltegriffe und Tritte zueinander und die Wandneigung. Der/Die Lehrtrainer/in kann ebenfalls den neuen Zieltritt vorgeben.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

3. Teilübung - Ausführen einer Kletterbewegung aus der zuvor eingenommenen Ruheposition; Erweiterung bzw. Steigerung der 2. Teilübung: Die Kursteilnehmer/innen sollen nun an der Kletterwand aus ihrer vorbereiteten Position den Zug zum nächsten Griff durch 'Schwerpunkt über den Tritt bringen' und 'Drüber & Drauf' ausführen und anschließend wieder in eine stabile Ruheposition kommen. Dazu gibt der/die Lehrtrainer/in zwei Haltegriffe vor (am besten zwei große Griffe auf gleicher Höhe) und einen Tritt (am besten im Y-Lot von beiden Griffen) und jede/r Kursteilnehmer/in muss nun eine ökonomische Ruhepositionen an zwei Armen mit einem hängenden Fuß einnehmen. Im Vorfeld wurde zudem ein Zielgriff in Reichweite definiert, an den der/die Kursteilnehmer/in nun gelangen muss. Dabei kann diese/r selbst entscheiden auf welchen weiteren Tritt er zum Aufstehen er tritt. Gemeinsam soll anschließend erarbeitet werden, worauf die Kursteilnehmer/in beim Aufstehen geachtet haben. Das ist wiederum die erste Phase: Technikerwerb. In der zweiten Phase geht es um Technikanpassung, d.h. die Kursteilnehmer/innen sollen ihre Erkenntnisse in Bezug auf diese Bewegung auf ähnliche Bewegungen bzw. Aufgabenstellungen bzw. Kletterprobleme in der Wand übertragen. Dazu werden die Griffe und Tritte ein wenig variiert.

Der/Die Lehrtrainer/in gibt zwei neue Haltegriffe mit einem Tritt und einem Zielgriff vor und variiert dabei die Größe und Position der Haltegriffe und Tritte zueinander und die Wandneigung.

Eigenständig Üben: Nachdem die Kursteilnehmer/innen die Übungen abgeschlossen haben, sollen sie sich in Zweierteams zusammenfinden und selbstständig Sequenzen nach Teilübung 3 definieren. Dabei gibt eine Person zwei Haltegriffe, einen Tritt und einen Zielgriff vor und die andere Person führt die Bewegung aus. Dadurch nehmen die Kursteilnehmer/innen abwechselnd die Rolle des/der "Kursleiters/in" und des/der 'Kunden/in' ein und lernen anleiten.

4.10.11 Regeneration

Ziel: Die TN sollen lernen, was es nach einem Training für Möglichkeiten der Regeneration gibt bzw. was direkt in der Kletterhalle noch umgesetzt werden kann.

Inhalt:

- 15 min Leichter Dauerlauf
- Sauna
- Badewanne
- passive Bewegung (Massage)
- Faszienroller
- Entspannung allgemein

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Nahrungsaufnahme

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Regenerationsmöglichkeiten können in Form eines Brainstormings von den Kursteilnehmern/innen zusammengetragen werden. Zudem können einige Möglichkeiten praktisch durchgeführt werden: z.B. die Benutzung und Sinnhaftigkeit von Faszienrollern und kurzen Regenerationsläufen. Wichtig ist, dass diese Einheit ein teilweise handfestes Wissen von Anatomie und Körperteilfunktionen voraussetzt.

4.10.12 Instant Übungslehrproben

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen selber Lehrproben abhalten, dadurch lernen das Lehren von Technikstunden zu geben und das bereits erworbene Wissen anwenden. Zudem sollen sie das Umgehen mit Feedback lernen und lernen Feedback zu geben.

Inhalt:

- Ausgabe von Übungslehrproben
- Vorbereiten der Übungslehrproben in Zweierteams (je eine Person aus einer Kleingruppe) - ca. 30 min.
- Abhalten der Übungslehrproben - ca. 20 min je Lehrprobe
- Auswertung der Lehrproben und Feedback in den Kleingruppen

Zeitliche Vorstellung: 3,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeine Durchführung: Es werden zwei Kleingruppen mit jeweils einem/r Lehrtrainer/in gebildet. Es finden sich immer 2 Personen zusammen, jeweils eine Person aus einer Kleingruppe, die eine Technikaufgabe zusammen vorbereiten. Diese müssen zuvor von den Lehrtrainern/innen ausgegeben werden. Im Anschluss bereiten die Kursteilnehmer/innen in ihren Zweierteams ihre Übungslehrproben innerhalb von 30 min. vor. Je Kleingruppe gibt es somit einmal das gleiche Thema. Die Lehrprobe soll so vorbereitet sein, dass ein/e 'Kursleiter/in' eine Gruppe (restliche Personen der gleichen Kleingruppe) von 'Kunden/innen' hat, mit der sie schülerzentriert ein Technikerwerbsstraining mit kombinierten Technikanpassungstraining durchführt. Anschließend bekommen alle Kursteilnehmer/innen 20 min. Zeit für ihren 'Kurs'. Nach jeder Lehrprobe gibt es ca. 10 bis 15 min. Zeit diese zu besprechen.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Feedback geben: Der/Die Lehrtrainer/in wiederholt wie Feedbackgeben funktioniert (sollte aus dem KKB bzw. KKT bereits bekannt sein). Als erstes darf der/die designierte Techniktrainer/in seine/ihre Präsentation selber kommentieren. Dies sollte durch den/die Lehrtrainer/in mit den Fragen - Wie geht's dir? - Was ist dir gut und was ist dir nicht so gut gelungen? - moderiert werden. Alle anderen sollen/dürfen anschließend einen Punkt nennen, der ihnen positiv aufgefallen ist und einen, den sie anders (wie) machen würden. Die Punkte dürfen nicht wiederholt und kommentiert werden. Das soll zum einen Wiederholungen und Zeit sparen und schulen sich zu reduzieren, präzise zu formulieren und mit Kritik umgehen zu lernen. Es geht darum, dass die 'Kursleiter/innen' lernen sich nicht zu rechtfertigen und Kritik anzunehmen oder nicht anzunehmen. Sobald alle Kursteilnehmer/innen ihr Feedback gegeben haben, gibt der/die Lehrtrainer/in sein/ihr Feedback mit den noch nicht angesprochenen Punkten oder Ergänzungen.

4.10.13 Aufwärmen in Theorie & Praxis

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen lernen, weshalb ein Aufwärmprogramm für das Klettern im Allgemeinen und zudem sehr wichtig für ein Training ist, welche Körperpartien und wie diese aufgewärmt werden können und bekommen einen Pool an Aufwärmübungen gezeigt.

Inhalt:

- Sportart unspezifisch
 - Herz-Kreislauf-System
 - Stabilität mobiler Gelenke
 - Mobilität stabiler Gelenke
- Sportartspezifisch
- Durchführen eines leistungsorientierten unspezifischen und spezifischen Aufwärmprogramms mit allen Kursteilnehmern/innen

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Es soll im theoretischen Teil lehrerzentriert die Sinnhaftigkeit und Umfang des Aufwärmens in Bezug auf leistungsorientiertes Klettern erarbeitet werden. Im praktischen Teil führt der/die Lehrtrainer/in fern von Spielen (das ist Bestandteil des KleVer-Kletterbetreuers/KleVer-Klettertrainers) ein Aufwärmprogramm für ein leistungsorientiertes Klettertraining (Klettersession) mit den Kursteilnehmer/innen durch. Dies ist gleichzeitig eine Lehrdemonstration. Dies setzt voraus, dass sich die Lehrtrainer/innen vor Kursbeginn mit der

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Materie unspezifische Herz-Kreislauf-Erwärmung, Mobilisierung und Stabilisierung von Gelenken, passenden Übungen dazu und spezifischen Kletterübungen auseinandersetzen und sich selbstständig ein Programm überlegen.

4.10.14 Klettertaktik Teil 1 in Theorie & Praxis)

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen lernen verschiedene, aktuelle Herangehensweisen/Klettertaktiken/Begehungsstile kennen, deren Einfluss auf die Leistungssteigerung und was die einzelnen Begehungsstile kennzeichnet.

Inhalt: Vor dem Klettern einer Route muss sich für eine Taktik entschieden werden. Das Vermischen von verschiedenen Begehungsstilen führt i.d.R. dazu, dass mehr Zeit für ein Routendurchstieg investiert werden muss.

- Einführung der Begehungsstile:
 - OnSight
 - Flash
 - Rotpunkt
 - Pinkpoint
- Flash- & OnSight-Vorbereitung
 - Route aussuchen und angucken (ggf. von oben einsehen - nur Flash)
 - So viele Infos über die Route in Erfahrung bringen wie möglich (nur Flash)
 - * Erkenne ich alle Belastungsrichtungen der Griffe und wie muss ich meinen Körperschwerpunkt verlagern?
 - * Erkenne ich Bewegungsabfolgen?
 - * Wo ist die Crux?
 - * Wie können nicht offensichtliche Stellen gelöst werden?
 - * Wie ist die Beschaffenheit der Griffe (glatt, hinterschnitten, ...)?
 - * Gibt es (versteckte) Rastpositionen (z.B. Kneebars)?
 - * Gibt es ausschließlich halbstatische oder komplett dynamische Bewegungen (z.B. Sprünge)?
 - * Was sind geeignete Klipppositionen?
 - * Gibt es verschiedene Wandneigungen und wo sind Dynamikwechsel von Nöten?
 - Mit anderen Teilnehmern/innen die Frage ab- und durchsprechen (nur Flash)
 - Eigene Ineffizienzen erkennen und im Vorfeld isolierte Bewegungen, Kraftübungen für Bewegungsprobleme durchexerzieren
 - Bewegungssequenzen mimisch durchspielen

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Routinen klären
- Sichern klären (wie will ich wo gesichert werden)
- Rotpunkt- & Pinkpoint-Vorbereitung (siehe Abbildung 8)
 - Die Punkte aus der Vorbereitung von Flash/OnSight haben auch hier ihre Gültigkeit
 - Hängen die Exen schon oder nicht? (unterschied Pinkpoint zu Rotpunkt)
 - Vor den Durchstiegsbegehungen wird die Route ausbouldert und sequenziert
 - * Route Toprope ausbouldern und an jeder Exe pause machen; Vorteile:
 - Kaum Kraftverlust; max. Kraft für jeden Einzelzug
 - Intensive Auseinandersetzung mit jeder Bewegungen
 - Mehrmaliges Ausprobieren aller Züge (leichtgängige, schwergängige, unmögliche Züge)
 - * Finden von Lösungen für nicht machbare Bewegungen über mehrere Ausbouldersessions
 - * Optimieren der Bewegungen die machbar sind z.B.:
 - ausprobieren verschiedener Klipppositionen einer Exe
 - können Fuß-/Handwechsel gespart werden
 - kann Verlängern durch Kreuzen ersetzt werden
 - können durch eingedrehte Positionen die Hüfte besser an die Wand gebracht werden
 - * Ausstürzen der Route im Vorstieg
 - Nach jeder Einzelbewegung bzw. nach jedem Greifprozess (effektiv an jedem Griff loslassen) wird gestürzt (auch in der Klippposition)
 - Stürze an 1. und 2. Exe ggf. auslassen oder sicher gestalten
 - * Vorstiegsausbouldern
 - Abgleichen und Anpassen der Bewegungen und Klipppositionen aus Toprope-Begehung mit Vorstiegstauglichkeit
 - * Route sequenzieren
 - Route im Vorstieg klettern
 - Stellen auffinden, an denen 'zu'-gemacht bzw. gestürzt wird
 - Potentiale oder Ineffizienzen mittels Videoanalyse ermitteln
 - Reflektion: Welche Maßnahmen können ergriffen werden um Potentiale auszunutzen und Ineffizienzen zu beseitigen? Mögliche Maßnahmen:
 - *Schritt zurück: Ausbouldern - Bessere Lösung für ZU- bzw. Sturzstellen finden*

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- *Schritt zurück: Ausstürzen - Mentale Kapazitäten erhöhen an ZU-Stelle*
- *Vorherige Kletterbewegungen noch einmal überdenken und effektiver/ökonomischer gestalten, so dass ggf. an ZU- bzw. Sturzstellen noch ausreichend Energiereserve vorhanden ist (z.B. optimalere Klipppositionen finden bzw. reduzieren, Kletterbewegungen reduzieren - Umtreten bzw. Matchen auflösen, Pace anpassen, Pausenpositionen reduzieren, hinzufügen, verlängern, durch Kneebars unterstützen - No-Hand-Rest, ...)*
- *Potentiale oder Ineffizienzen durch Zusatztraining aufarbeiten (Krafttraining, Intervalltraining, Mobilisationstraining, ...)*
- *Zu- bzw. Sturzstellen sequenzieren*
- *Sinnvoll ist i.d.R. mehrere Maßnahmen zu kombinieren*
- *Reflektion: Jede getroffene Maßnahme mittels Videoanalyse validieren und auf Sinnhaftigkeit und Effektivität prüfen und ggf. verwerfen oder anpassen*
- * Durchstiegsversuche
 - *Bei ausbleibendem Erfolg: Schritt zurück in Sequenzierungs- und Analyseprozess*

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeines: Es kann zu Anfang mit den Teilnehmern/innen schülerzentriert erarbeitet werden, welche Begehungsstile es gibt und was sie kennzeichnet. Ferner sollen am Ende nur OnSight, Flash und Rotpunkt betrachtet werden. Greenpoint, Yoyo usw. sind nicht relevant für leistungsorientiertes Klettern. Daran anknüpfend ist zu erläutern wie eine Vorbereitung der einzelnen Begehungsstile in praktischen Trainingseinheiten ins eigene Training integriert werden kann. Einzelner theoretischer Input kann auch von dem/der Lehrtrainer/in demonstriert werden oder mit den Kursteilnehmern/innen kurz geübt werden. Es sollte als Hilfsmittel ein Flipchart zur Verfügung stehen.

Sequenzieren: Vor der Pausenstelle wird ca. 1 bis 3 Züge unterhalb dieser mit dem Klettern begonnen und die Pausenstelle durchstiegen, solange bis dies gelingt. Anschließend wird die Sequenz ausgedehnt und viel weiter vor der Pausenstelle, ca. 4 bis 20 Züge unterhalb dieser, losgeklettert und die Pausenstelle durchstiegen. Sequenzen ggf. immer weiter ausdehnen.

4.10.15 Klettertaktik Teil 2 in der Praxis

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen versuchen nach einer der beiden Begehungsstile OnSight bzw. Rotpunkt eine Route am oder über dem Könnenslimit durchzustiegen und bereiten sich dementsprechend vor.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

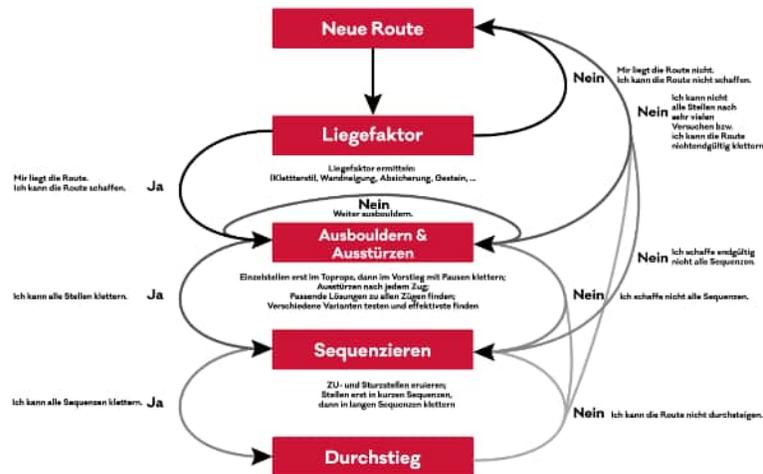


Abbildung 8: Rotpunkt-Taktisches-Klettern

Inhalt:

- Die Kursteilnehmer/innen bilden zwei Kleingruppen mit je einem/r Lehrtrainer/in
- Bilden Team OnSight und Team Rotpunkt
- Bilden von drei Zweierseilschaften je Kleingruppe
- Aussuchen von geeigneten Routen
- Vorbereitung auf die Route nach der besprochenen Herangehensweise
- Vorbesprechung vor dem Durchstieg mit Lehrtrainer/in und Kletterpartner/in
- Durchstiegsversuch mit Videoaufnahme durch Lehrtrainer/in
- Nachbesprechung mit Lehrtrainer/in und Kletterpartner/in warum der Durchstiegsversuch funktionierte/ nicht funktionierte.
- Ggf. steht noch weitere Zeit zur Verfügung, um einen weiteren Versuch durchzuführen

Zeitliche Vorstellung: 2 h

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Die Kursteilnehmer/innen, die am Anfang im Spiel 'Landkarte' (siehe Unterkapitel 4.10.1) angegeben haben 'Ich klettern eher Rotpunkt', kommen in das Team 'OnSight' und die Kursteilnehmer/innen, die am Anfang im Spiel Landkarte angegeben haben 'Sie klettern eher OnSight', kommen in das Team 'Rotpunkt'. Es sollen zwei gleichstarke Kleingruppen mit je einem/r Lehrtrainer/in gebildet werden. Die Kursteilnehmer/innen suchen sich nun Routen aus, die sie gerne an ihrer Leistungsgrenze (Team) OnSight bzw. (Team) Rotpunkt klettern sollen. Jede/r Kursteilnehmer/in sucht sich einen Sicherungspartner (Seilschaft) und kann anschließend seine/ihre eigene Route losgelöst vom Team bzw. Seilschaft aussuchen. Alle wärmen sich selbstständig auf und bereiten sich auf die ausgewählte Tour nach den zuvor definierten Standards vor. Die Kursleiter/innen begleiten die Durchstiegsversuche mit Videoaufnahmen und anschließender Analyse und erörtern warum etwas geklappt/nicht geklappt hat. Zur Vorbereitung kann auch auf Erfahrungen und Erkenntnisse erkannter Ineffizienzen in bereits erfolgten Einheiten eingegangen werden.

Es sollen möglichst Routen gewählt werden, an denen die Teilnehmer/innen wirklich arbeiten müssen. Ziel ist nicht unbedingt der tatsächliche Durchstieg, sondern die Vorbereitung auf die gewählte taktische Begehung. Die Route sollte dem entsprechend so gewählt sein, dass sie nicht zu einfach bzw. unmöglich ist. Es soll eine ernsthafte Herausforderung sein. Die Lehrtrainer/innen sollten bei der Routenfindung unterstützen.

4.10.16 Energiebereitstellung

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen wie der Körper Energie bereitstellt und welche Form der Energiebereitstellung für den Körper beim Klettern relevant ist. Zudem sollen sie verstehen wieso ökonomisches Klettern (Klettern unter der Maßgabe möglichst wenig Energieaufwand in den Armen anzustreben) von Vorteil ist und was der Unterschied zwischen einem Kraftausdauer und einem Maxkrafttraining ist.

Inhalt:

- Videopräsentation

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit ist mit einem Videovortrag am besten zu realisieren.

4.10.17 Aufbau Krafttraining in der Praxis

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen einen Einblick bekommen was unter Krafttraining zu verstehen ist und ein paar Basisübungen für ihre 'Übungspool' bekommen.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Inhalt:

- Maxkraft – Hypertrophie und Intramuskuläre Koordination
- Untereinheit „Zentrierte Schulter“
- Übungen zur Kraftsteigerung

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Zur Anregung sollen hier einige Übungen für den/die Lehrtrainer/in exemplarisch angeboten werden. Diese können in der Einheit vorgestellt werden. Jedoch ist der/die Lehrtrainer/in frei in der Gestaltung eigener Übungen. In jedem Fall soll ein Bezug zum vorherigen Unterkapitel 4.10.16 hergestellt werden.

- Maxkraftübungen: Einarmiges blockiertes halten
 - 4 Sets/ 3 s je Set je Arm/ 3 bis 6 min Pause
- Kraftausdauerübung unter anaerober Energiebereitstellung: Beidarmiges hängen am Campusboard bzw. Beastmaker mit Beastmaker App
 - 3 bis 4 Sets / 6 bis 7 Übungen je Set / 7 Sekunden hängen mit zentrierter Schulter je Übung / je Übung andere Fingerbelastung an anderen Griffen (Beastmaker) / 5 bis 8 Sek. Pause zwischen den Übungen / 3 Minuten Pause zwischen den Sets / Die Schwierigkeits der Sets können mit Hilfe der Beastmaker App definiert werden
- Einarmiges/Zweiarmiges Klimmzugtraining
 - Aufbau einer methodischen Reihe
 - * Inverser einarmiger/zweiarmiger Klimmzug
 - * Einarmiger Klimmzug mit zweiter Handunterstützung
 - * Klimmzug mit Unterstützung durch Gummizug
 - * Klimmzug mit Zusatzgewicht
 - * Asymmetrische Klimmzüge

4.10.18 Aufbau Ausdauertraining in der Theorie & Praxis

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen verstehen was der Unterschied zwischen einem extensiven und intensiven Intervalltraining ist. In jedem Fall soll ein Bezug zum vorherigen Unterkapitel 4.10.16 hergestellt werden.

Inhalt:

- Intensives und extensives Intervalltraining in der Theorie bzw. anhand praktischer Beispiele

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit ist eher theoretisch und lehrerzentriert, kann jedoch praktische Anteile an der Kletterwand haben. Dabei sollen die folgenden Punkte durchgesprochen werden:

- Was ist das OnSight-Level jedes einzelnen Kursteilnehmers: Auswahl der Ausdaueroute:
- Ca. ein bis zwei Grade darunter: Extensives Ausdauertraining
- Ca. drei bis vier Grade darunter: Intensives Ausdauertraining
- Extensiv: Wenige Routen, aber kräftiger
- Intensiv: Viele Routen, aber weniger kräftig
- Regeln: wenn möglich im Toprope – mit Pause zwischen jedem Aufstieg – Pause beginnt direkt beim Ablassen – Uhr aufstellen – Sicherungspartner checkt die Zeit oder Klettern mit Armbanduhr (Ausnahme) – dann direkt wieder in Route einsteigen – es dürfen keine Rastpositionen beim Klettern genutzt werden und es muss flüssig bis zum Abfallen durchgeklettert werden
- In den letzten Routen muss der/die Klettere/in 'abfallen', sonst ist die Pausenzeit oder die Route falsch gewählt, wenn weniger Versuche, dann Route zu schwer oder Pausenzeiten falsch gewählt
- Extensiv: Ein Set: 4 bis 5 Wiederholungen in einer (leicht) überhängenden Route – 2 bis 4 Minuten Pause
- Intensiv: Ein Set: 4 bis 8 Wiederholungen in einer (leicht) überhängenden Route – 0,5 bis 2 Minuten Pause
- Nach der ersten Session wird mit dem/r Kletterpartner/in getauscht
- Ca. 20 bis 30 Minuten Pause und danach ein weiteres Set ggf. in einer anderen (etwas leichteren) Route

4.10.19 'Ausgleichstraining' – Mobilisation und Stabilisation in der Praxis

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen einen Einblick bekommen, was unter der Unterschied zwischen Mobilisation und Stabilisation ist und welche Gelenke stabilisiert bzw. mobilisiert werden sollen. Zudem bekommen sie ein paar Basisübungen für ihren 'Übungspool'.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Inhalt:

- Übungen zur Mobilisation und Stabilisation für eine Auswahl von Gelenken

Zeitliche Vorstellung: 1 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Zur Anregung sollen hier einige Übungen für den/die Lehrtrainer/in exemplarisch angeboten werden. Diese können in der Einheit vorgestellt werden. Jedoch ist der/die Lehrtrainer/in frei in der Gestaltung eigener Übungen.

- Dehnen des unteren Rückens (5 verschiedene Übungen mit und ohne Zusatzgewicht)
- Hüftdehnung (2 Varianten) – Auf aktive Bauchspannung achten
- Isometrische Beindehnung
- Schulterkapseldehnung
- Brustdehnung (2 Varianten)
- Kräftigung des Schultergürtels
- Kräftigung des unteren Rückens durch aktive Hüfthebung/Senkung
- Entspannungsübungen auf Pilatesrolle, mit Faszienball, Faszienring
- Aufdehnung des Trizeps

4.10.20 Be creative! – Individuelles Coaching und ungewöhnliche Wege gehen

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen auch einmal 'Out-of-the-Box' zu denken, die Ineffizienzen der 'Kunden/innen' genau zu erkennen und anschließend geeignete Übungen finden, um diese anzugehen. Sie sollen zudem lernen ein Personal Coaching zu konzipieren.

Inhalt:

- Problemzonen identifizieren – Der Anfang eines Personal Coachings
- Techniktraining: Kernproblem: Zug über Arme – wenig Schub aus den Beinen
 - 'Bernd das Brot'-Klettern: Kursteilnehmer/in darf nicht höher als der Kopf reicht greifen und muss vorher aufstehen um den nächsten Griff zu erreichen.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Einbeinige Kniebeuge
- Taktiktraining: Kernproblem: Koordination
 - Farben klettern: Der/Die Kursteilnehmer/in klettert mit zwei Farben, darf aber nur bestimmte Farben treten oder greifen. Dient zur Steigerung der Koordination, Merkvermögen, Konzentration. Bewusstes Treten und Greifen und Technik. (siehe Abbildung 9)
 - Es kann auch auf Geschwindigkeit geklettert werden. Das erweitert die Komponente um Schnellkraft und Pace und steigert den Schwierigkeitsgrad
 - Es kann noch weiter erschwert werden, in dem noch mehr Farben dazu genommen werden.
- Taktiktraining: Kernproblem: Merken der Bewegungsabfolge
 - Blindklettern mit einer Farbe: Der/Die Kursteilnehmer/in guckt sich vorher die Route oder einen Routenabschnitt an und darf sie auch sehend klettern. Anschließend wird diese blind geklettert. Anhand der richtigen Abfolge wird ausgemacht, wie viel Prozent der/die Kursteilnehmer/in sich von der Route gemerkt hat.
 - Andere Variante: Koffer packen in der Gruppe
- Mentaltraining: subjektive Höhenangst – Differenzierung zu Angststörung (nicht von KleVer-Trainer/in ohne Zusatzqualifikation angehbar)
 - Blindklettern: Der/Die Kursteilnehmer/in bekommt eine Maske über die Augen und klettert soweit wie es geht. Im Idealfall klettert die Person, sofern sie vorher nur wenige Meter hochkam, nun unter Wegnahme eines Sinnes, bis zum Top
- Techniktraining: Technikineffizienzen (und Stärken) erkennen und trainieren
 - Es wird sich in der Kleingruppe ein überwiegend henkeliger, überhängender Boulder rausgesucht und die folgenden Techniken von jedem/r Kursteilnehmer/in darauf angewandt. Der/Die Kursleiter/in kann die Route jeweils vormachen, sofern die Kursteilnehmer/innen nicht wissen was gemeint ist.
 1. Nur langer Arm
 2. Nur frontal klettern
 3. Nur eingedreht klettern
 4. Sehr statisch klettern, so dass jede Bewegung eingefroren werden kann bzw. Zeitlupen klettern
 5. Schwerpunkt nah an der Wand
 6. Schwerpunkt weit weg von der Wand

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

7. Hohes Antreten
8. Frosch
9. Fest antreten
10. Ohne nachruckeln
11. Alle Züge gekreuzt
12. Nur dynamische Züge
13. ...

Zeitliche Vorstellung: 2 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: In dieser Einheit geht es anfangs um die theoretische Einführung ins Entwickeln, Konzeptionieren und Geben von Personal Coachings. Im Anschluss daran handelt es sich um eine Lehrdemonstration. Diese Einheit bietet innerhalb der Demonstration ungewöhnliche Übungen an, um bestimmte Techniken zu erlernen bzw. um einstudierte Gewohnheiten zu brechen. Die Lehrtrainer/innen können eigene Übungen, die in diesen Themenkomplex passen, ergänzen.

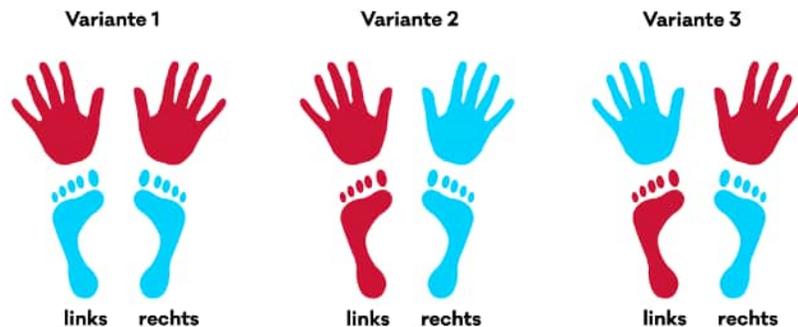


Abbildung 9: Förderung der Koordination.

4.10.21 Mentales Training I – Der Kopf ist der größte Muskel

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen äußere und innere Einflussfaktoren auf die Psyche beim Klettern betrachten.

Inhalt: Die Kursteilnehmer/innen sollen rückblickend betrachten, was sie an manchen Tagen behindert eine Route durchzusteigen und was es benötigt, um eben eine Route durchzusteigen. Dabei sollen die folgenden Begriffe zum tragen kommen:

- Routinen

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Eigenmotivation, Selbstvertrauen, zu sich stehen und von sich überzeugt sein
- Klettern unter Druck z.B. Zuschauer/innen oder Wettkampf
- Stressfaktoren reduzieren
- 9 von 10 Kletterern/innen machen den gleichen Fehler

Zeitliche Vorstellung: 30 min.

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Diese Einheit bezieht sich darauf zu fokussieren, wie Faktoren wie Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Eigenmotivation, Willen, Willensstärke, Disziplin, Schmerztoleranz, Belastbarkeit, Routinen, stressreduzierende Faktoren dazu beitragen, ob eine Route geschafft wird oder nicht. Die Teilnehmer/innen sollen sich dazu austauschen und Wege entwickeln, wie diese Faktoren gefördert werden können, bzw. was zu tun ist, um diese Zustände zu erreichen. Gerne können durch die Kursteilnehmer/innen und die Lehrtrainer/innen weitere Faktoren hinzugefügt werden. Es empfiehlt sich diese Einheit auf einem Flipchart durchzuführen.

4.10.22 Mentales Training II – Angst vor dem Stürzen – Sturztraining bzw. Ausstürzen für Fortgeschrittene

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen lernen, wie sie sich überwinden an ihrer Leistungsgrenze zu klettern und auch andere Personen anleiten können an ihren Leistungsgrenzen zu gehen. Sie lernen darüber hinaus ein Sturztraining in Form einer methodischen Reihe aufzubauen.

Inhalt:

- Steigerungsformen von Touch-And-Go
 - Touch and Go im Toprope mit Ansage durch Kletterer/in
 - Touch and Go im Toprope ohne Ansage durch Kletterer/in
 - Touch and Go im Toprope mit Ansage durch Trainer/in bzw. Sicherungspartner/in
 - Blindklettern und stürzen im Toprope mit Ansage durch Trainer/in bzw. Sicherungspartner/in
 - Touch and Go im Toprope mit Schlappseil mit Ansage durch Kletterer/in
 - Touch and Go im Toprope mit dynamischem Zug
 - Touch and Go im Toprope mit Sprung

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

- Touch and Go im Vorstieg unterhalb der Expressschlinge mit Ansage durch Kletterer/in
 - Touch and Go im Vorstieg an der Expressschlinge mit Ansage durch Kletterer/in
 - Touch and Go im Vorstieg oberhalb der Expressschlinge mit Ansage durch Kletterer/in
 - Touch and Go im Vorstieg oberhalb der Expressschlinge ohne Ansage durch Kletterer/in
 - Hang and Drop
 - Clip and Drop
 - OnSight-Training oberhalb des OnSight-Niveaus - Provozieren von Stürzen
- Ausbouldern mit Stürzen = Ausstürzen
 - Die Kursteilnehmer/innen stürzen in der Route nach jedem Kletterzug. Nach Erreichen der Klippposition noch einmal stürzen und anschließend von dort Klippen.

Zeitliche Vorstellung: 1,5 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Allgemeines: Die Lehrtrainer/innen demonstrieren für die Gruppe verschiedene Formen des Sturztrainings in einer methodischen Reihenfolge. Als erstes wird die Methode Touch-And-Go erläutert und am Boden von den Kursteilnehmern/innen einstudiert: Aus einer Kletterbewegung heraus wird der nächste Griff nur kurz angetippt und sich dann fallen gelassen (nicht nach hinten wegspringen). Anschließend sollen die Kursteilnehmer/innen sich durch die verschiedenen Sturzsituationen durchtesten.

Sturzhöhe: Die Höhe, ab der die Gefahr eines Grounders sehr stark reduziert ist liegt bei Normabständen ca. bei der 6. Expressschlinge.

Clip-And-Drop: Es wird nach dem Klippen überhalb jeder Expressschlinge gestürzt.
Achtung Groundergefahr: Ab der Höhe der 5 bzw. 6. Expressschlinge beginnen.

4.10.23 Überprüfung - Persönliches Können 8. Grad UIAA Rotpunkt

Ziel: Die Kursteilnehmer/innen sollen jetzt anwenden, was sie bzgl. der Begehungsstile, der erarbeiteten Trainingsaspekte und genannten mentalen Einflussfaktoren aus den vorangegangenen Tagen im Vorstieg gelernt haben.

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Inhalt:

- Die Lehrtrainer/innen suchen drei mögliche Routen im 8. Grad UIAA aus
- Innerhalb von 2 Stunden müssen sich die Kursteilnehmer/innen selbstständig aufwärmen und ihre Versuche durchführen
- Aus den drei möglichen Touren suchen sich die Kursteilnehmer/innen jeweils eine Tour aus, die sie klettern möchten. Sie haben insgesamt drei Versuche, um eine von den Touren zu schaffen.
- Sobald ein/e Kursteilnehmer/in einen Versuch durchführen möchte, zeigt er/sie dies bei einem/r Lehrtrainer/in an, der/die dann zuschaut

Zeitliche Vorstellung: 2 h

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Aufbau einer Wettkampfsituation: In dieser Phases sollen die Kursteilnehmer/innen Selbstorganisation unter Beweis stellen, sowohl in der eigenen Vorbereitung als auch in den Absprachen untereinander - wer geht wann in welche Tour. Zur gleichen Zeit sollen sie lernen mit eigenem Druck umzugehen und fokussiert mit den erarbeiteten Sachverhalten und Methoden ein Ziel in einem kurzen Zeitraum nach allen Trainingskriterien umzusetzen und zeigen, dass sie die Inhalte praktisch verstanden haben. Zudem sollen sie persönliche und soziale Fähigkeiten wie Teamarbeit und Organisationskompetenz beweisen. Am Ende der Einheit sollte Raum für Fragen gegeben werden und mit den Kursteilnehmern/innen, die ggf. die Eingangsvoraussetzungen des Kletterkönnens nicht bestanden haben, Einzelgespräche geführt werden.

4.10.24 Prüfungslehrproben

Ziel: An dieser Stelle sollen die Kursteilnehmer/innen anwenden, was sie hinsichtlich des methodischen Aufbaus eines Techniktrainings für 'Kunden/innen' gelernt haben.

Inhalt:

- Ausgabe von Prüfungslehrproben
- Vorbereiten der Prüfungslehrproben in Zweiertteams (je eine Person aus einer Kleingruppe) - ca. 30 min.
- Abhalten der Übungslehrproben - ca. 20 min je Lehrprobe
- Auswertung der Lehrproben und Feedback in den Kleingruppen

Zeitliche Vorstellung:

4. - KLEVER TECHNIKTRAINER/IN -

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: An dieser Stelle soll es nicht unmittelbar um die besondere Qualität der Prüfungslehrprobe gehen, da mit längerer Vorbereitungszeit der Anspruch an die Qualität einer Lehrprobe steigen muss, jedoch aufgrund der Kürze der Vorbereitungszeit nicht unbedingt gewährleistet werden kann. Es soll jedoch vielmehr unter Beweis gestellt werden, dass die Kursteilnehmer/innen in der Lage waren die methodischen Grundsätze zu verinnerlichen, diese auch umzusetzen und wie schnell sie einfache Übungen zu 'Technikdefiziten' von Kunden/innen finden. Es ist daher sinnvoll, dass in dieser Übung nicht die Quantität an Übungen überwiegt, sondern sich die Kursteilnehmer/innen aufgrund der Kürze der Vorbereitungs- und der Prüfungszeit sich auf ein bis max. zwei Technikübungen konzentrieren, dafür in diesen aber intensiv (inkl. Fehlerkorrektur) mit den 'Kunden/innen' arbeiten. Diese Erwartung muss den Kursteilnehmern/innen zuvor mitgeteilt werden. Zudem kennen diese die Ansprüche und Rahmenbedingungen bereits aus der Übungslehrprobe und es ist bei einem/r Trainer/in mit viel Kurs- und Lehrerfahrung (siehe Voraussetzungen) zu erwarten, dass Fachliches auch methodisch passend spontan vermittelt werden kann. Es geht an dieser Stelle dementsprechend vorrangig um das Abfragen der Methoden- und Fachkompetenz und nicht um Perfektion. Die Prüfungslehrproben bedürfen keiner Feedbackrunde.

4.10.25 Schlussbesprechung und Abschieds- und Feedbackrunde

Ziel: An dieser Stelle geht es um ein- und wertschätzende Einzelgespräche, einen positiven Gruppenabschluss und um Feedback an die Lehrtrainer/innen und zur Ausbildung allgemein.

Inhalt:

- 5-minütige Abschlussgespräche mit jedem/r einzelnen Kursteilnehmer/in zu seinen/ihren Potentialen und Entwicklungsstand
- Feedbackrunde
- Gruppenabschied

Zeitliche Vorstellung:

Allgemeine, methodische, didaktische und pädagogische Hinweise & Stilmittel: Abschlussgespräche: Es sollen hier noch einmal alle Einzelleistungen der Kursteilnehmer/innen und deren Entwicklung über den Kurszeitraum ein- und wertgeschätzt werden - Wo steht jede/r Einzelne gerade und wie kann es weitergehen.

Feedbackrunde und Gruppenabschied: In der Wahl der Feedbackmethoden und die Gestaltung eines gemeinsamen Abschieds mit der Setzung von positiven Signalen sind die Lehrtrainer/innen frei in der Gestaltung.

5. - ZQ 'AUSBILDUNG VON KLEVER-KLETTERBETREUERN/INNEN'

5 - ZQ 'Ausbildung von KleVer-Kletterbetreuern/innen'

5.1 Tätigkeitsfeld

Ein/e KleVer-Klettertrainer/in mit der bestandener ZQ (Zusatzqualifikation) 'Ausbildung von KleVer-Kletterbetreuern/innen' darf ebenfalls und ausschließlich KleVer-Kletterbetreuern/innen ausbilden.

5.2 Zulassungsvoraussetzungen

Die Teilnahme an der Zusatzqualifikation 'Ausbildung von KleVer-Kletterbetreuern/innen' unterliegt verschiedenen Voraussetzungen. Sind diese vor Kursbeginn nicht erfüllt bzw. können während des Ausbildungszeitraumes nicht unter Beweis gestellt werden, wird die Person nicht zum Zusatzqualifikationslehrgang zugelassen bzw. kann den Kurs nicht erfolgreich bestehen und ist dementsprechend im Namen des KleVers nicht befugt KleVer-Kletterbetreuern/innen auszubilden.

- Motivation: Bereitschaft zu Lernen und sich auf neue Dinge einlassen; Leidenschaft für den Klettersport
- Mindestalter: 18 Jahre
- Qualifikation: Muss erfolgreich eine KleVer-Kletterklettertrainerausbildung mit aktuell gültiger Lizenz bei Anmeldung abgeschlossen haben
- Arbeitserfahrung: Ausreichende Erfahrung als Klettertrainer/in; ca. 100 bis 200 h in Kletterkursen
- Erste-Hilfe-Ausbildung: ein gültiger Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre; Nachweis muss mit Anmeldung eingereicht werden, sonst keine Zulassung

5.3 Literatur

- Klettern - Sicherung und Ausrüstung - Alpin-Lehrplan 5 - DAV - Chris Semmel
- Klettern - Technik, Taktik, Psyche - Alpin-Lehrplan 2 - DAV - Michael Hoffmann
- Kletterspiele für Kletterwand und Turnsaal - ÖAV
- Handbuch - Teil 1 & 2

5. - ZQ 'AUSBILDUNG VON KLEVER-KLETTERBETREUERN/INNEN'

5.4 Qualifikation

Der/Die KleVer-Trainer/in, der/die eine Zusatzqualifikation zur Ausbildung von KleVer-Kletterbetreuern/innen erlangen möchte, muss über ausreichend Kurs- und Lehrerfahrung verfügen. Es ist davon auszugehen, dass ein Umfang von 100 bis 200 Kursstunden in Kursen mit Betreuungscharakter (Kindergeburtstage, Schnupperklettern, Trainerstunden und vergleichbare Kurse) und Ausbildungscharakter (Toprope- und Vorstiegsausbildungskurse) dazu ausreichen. Die Qualifikation kann nach offizieller Anmeldung beim KleVer für einen Hospitationsplatz in einer KleVer-Kletterbetreuerausbildung und nach dem Beiwohnen dieser erlangt werden. Die KleVer-Kletterbetreuerausbildung muss von einem/r offiziellen KleVer-Lehrtrainer/in gegeben werden. Der/Die Hospitantin des Kurses soll während der zweitägigen Ausbildung hospitieren und ebenfalls Teile der Ausbildung selbstständig unter Aufsicht des/r Lehrtrainers/in anleiten. Im Anschluss an die Ausbildungszeit erteilt der/die Lehrtrainer/in die Qualifikation, sofern der/die Hospitant/in sich als geeignet erwies. Alternativ kann an einer zwei-tägigen Fortbildung 'Ausbildung von KleVer-Kletterbetreuern/innen' teilgenommen werden.

5.5 Vorbereitung & praktische Lehrprüfung

Der/Die Hospitant/in muss sich zwingend durch Selbststudium der Handbücher Teil 1 & 2 vorbereiten, um selbstständig, spontan, in Absprache mit dem/r Lehrtrainer/in Kursteile als Lehrprobe zu übernehmen. Zur Vorbereitung ist es ratsam die Prüfungskriterien auszuhändigen.

5. - ZQ 'AUSBILDUNG VON KLEVER-KLETTERBETREUERN/INNEN'

5.6 Prüfungskriterien der Lehrprobe

Prüfthema:

Zeitvorgabe: min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl je Kompetenztest

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodenkompetenz': P/ 39P

Punktzahl 'Fachkompetenz': P/ 3P

Punktzahl 'Sozial und Personalkompetenz': P/ 20P

Gesamtpunktzahl: P/ 62P

5. - ZQ 'AUSBILDUNG VON KLEVER-KLETTERBETREUERN/INNEN'

Methodenkompetenz:

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- ▶ **Lehrdemonstrationen:**
 - Alle TN konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Die Demo wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom leichten zum schweren, vom bekannten zum unbekanntem, vom einfachen zum komplexen)
(P/ 2P)

5. - ZQ 'AUSBILDUNG VON KLEVER-KLETTERBETREUERN/INNEN'

Fachkompetenz:

- Trainer/in hatte ausreichend Wissen, um die Übung anzuleiten
(P/ 1P)
- Inhalte wurden vollständig vermittelt
(P/ 1P)
- Inhalte wurden korrekt vermittelt
(P/ 1P)

Sozial- und Personalkompetenz:

- Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst
(P/ 2P)
- Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 2P)
- Emphatisches Auftreten
(P/ 4P)
- Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 2P)
- Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten
bzw. eingehen
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

Ausschlusskriterien

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber
verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6 - Prüfungslehrproben -

In diesem Kapitel befinden sich die Lehrprüfungsbögen für die praktischen Lehrproben. Es ist von Vorteil den Bogen der jeweiligen Lehrprobe den Prüfenden zur Vorbereitung auszugeben. So wissen sie was von ihnen erwartet wird, kennen die Rahmenbedingungen der Kurssituation und können keine Inhalte vergessen. Fragen der Teilnehmenden zum Bogen/zur Prüfung sollten vorab geklärt werden.

Zudem dient der Prüfbogen der Bewertung der zu Prüfenden. Vorteile:

- Kein prüfungsrelevanter Punkt kann in der Bewertung vergessen werden
- Die Prüfungsvorgaben + Inhalte sind standardisiert
- Lehrtrainer/innen wissen genau welche Punkte prüfungsrelevant sind
- Es werden alle Kompetenzen gleich verteilt bewertet und nicht nur Fachwissen abgefragt (es nützt nichts ein/e Trainer/in zu mit hohem Fachwissen zu sein, aber nicht zu wissen wie mit Kunden/innen umgegangen wird)
- Alle Prüfende müssen mindestens 50% der zu bewertenden Kompetenzen vorweisen können (in Schulnoten: Note 4)
- Lehrtrainer/innen haben eine bessere Handhabung Trainer/innen, die nicht für den Lehrbetrieb nach der Ausbildung geeignet sind, die Lizenz vorzuenthalten (klarere Argumentation)
- Die Lehrprobenbewertung wird verschriftlicht und kann objektiviert werden

Die Prüfungsbögen sollen am Ende vollständig ausgefüllt sein und zusammen mit den theoretischen Prüfungen zum KleVer zur Aufbewahrung eingesandt werden.

6.1 KleVer-Kletterbetreuer/in

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.1.1 Begrüßung und Aufwärmen

Du bist Kursleiter/in in einem Schnupperklettern mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren und dem ersten Eindruck nach sind sowohl sehr sportliche als auch unsportlich wirkende Teilnehmer/innen dabei. Deine Aufgabe ist es die Gruppe zu Begrüßen und sie aufzuwärmen.

Zeitvorgabe 15 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Gesamtpunktzahl.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Gesamtpunktzahl: P/ 30P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Begrüßung und Aufwärmen

► Begrüßung

- Begrüßung im Namen der Kletterhalle
(P/ 1P)
- Vorstellung des/r Kletterbetreuer/in und der Teilnehmer/innen
(P/ 1P)
- Ablauf der Veranstaltung erläutern
(P/ 1P)
- Räumlichkeiten ansprechen (Umkleiden, Toiletten, Schließfächer, etc.)
(P/ 1P)

► Sicherheitshinweise

- Kein Schmuck und keine Armbanduhren, leere Hosentaschen, lange Haare zusammenbinden, Schal bzw. Tücher abnehmen, Kapuzenkor-deln u.ä. verbergen
(P/ 3P)
- Einschränkungen und Krankheiten abfragen und klären
(P/ 3P)
- Keine Teile aus Metall wie Expressschlingen, Umlenker, Bohrhaken, T-Nuts usw. zum Klettern/Anfassen/Treten benutzen
(P/ 3P)
- Nicht vor anderen kletternden Seilschaften laufen (nicht unterm Seil durchlaufen) (P/ 2P)
- Klettern nur mit Kletterbetreuer/in
(P/ 2P)
- Gurte und Kletterschuhe ausziehen bei Toilettennutzung und nach dem Anziehen von Kletterbetreuer/in checken lassen
(P/ 2P)
- In der Gruppe bleiben
(P/ 1P)
- Kundenhinweis: Nach dem Kurs kein eigenständiges Sichern/Kletten möglich - Kurs ersetzt keine Schulung
(P/1P)

► Aufwärmen

- Gruppe wurde passend und ausreichend durch Spiele/Übungen auf-gewärmt
(P/ 1P)
- Aufwärmen ohne Gurt
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

► Auftreten 'Kletterbetreuer/in'

- Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert (P/ 2P)
- Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen (P/ 1P)
- Kommunikation/Sprache - altersangepasst, verständlich, präzise, kurzgehalten (P/ 1P)
- Vorbildfunktion erfüllt (P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.1.2 Gurte anziehen

Du bist Kursleiter/in in einem Schnupperklettern für Familien mit Teilnehmern/innen im Alter von 5 bis 50 Jahren. Deine Aufgabe ist es das passende Material für die Kunden/innen auszuwählen und der Gruppe die Gurte anzuziehen.

Zeitvorgabe 10 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Gesamtpunktzahl.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Gesamtpunktzahl: P/ 22P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Gurte anziehen

- ▶ Materialausgabe
 - Sichtprüfung des Materials auf Einsatztauglichkeit
(P/2P)
 - Auswahl verschiedener Gurtgrößen (Kinder, Erwachsene)
(P/ 2P)
- ▶ Gurte Anziehen
 - Unverdrehtes Aushändigen der Gurte
(P/ 1P)
 - Auditive, visuelle und haptische Demonstration wie der Gurt angezogen und befestigt wird
(P/ 2P)
 - Unterstützung beim Anziehen
(P/ 1P)
 - Auf Eingriff in den Intimbereich geachtet bzw. hingewiesen
(P/ 2P)
 - Gurtkontrolle bei allen Kunden/innen durchgeführt
(P/ 3P)
 - Kundenhinweis: Gurt nach Kontrolle durch Kletterbetreuer/in nicht eigenständig verändern
(P/ 3P)
- ▶ Auftreten 'Kletterbetreuer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - altersangepasst, verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.1.3 Einbindeknoten

Du bist Kursleiter/in in einem Schnupperklettern für einen Verein. Das Alter der Kunden/innen ist von 8 bis 55 Jahren gemischt. Deine Aufgabe ist es die Kunden/innen für den Klettervorgang sicher ins Seil einzubinden. (Bitte mindestens 3 Gruppenmitglieder ins Seil einbinden)

Zeitvorgabe 10 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Gesamtpunktzahl.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Gesamtpunktzahl: P/ 22P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Einbindeknoten

- ▶ Einbindeknoten
 - Knoten direkt in den Gurt eingebunden
(P/3P)
 - Korrekte Auswahl Einbindepunkt: Anseilschleufe
(P/3P)
 - Achterknoten korrekt geknüpft
(P/3P)
 - Knotenkontrolle durchgeführt/Trainercheck
(P/2P)
 - Auf Eingriff in den Intimbereich geachtet bzw. hingewiesen
(P/ 2P)
 - Kundenhinweis: Knoten nach Kontrolle durch Kletterbetreuer/in nicht eigenständig verändern
(P/ 3P)
- ▶ Auftreten 'Kletterbetreuer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - altersangepasst, verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.1.4 Sicherungsgerät und Hintersicherung

Du bist Kursleiter/in in einem Schnupperklettern für eine Abteilung eines Unternehmens. Das Alter der Kunden/innen ist von 18 bis 60 Jahren gemischt. Deine Aufgabe ist es die Kunden/innen für den Klettervorgang vorzubereiten. Hierzu sollst Du einmal den Aufbau der Sicherungskette bei einer 3er Seilschaft mit Einlegen des Sicherungsgerätes & Installation einer Hintersicherung demonstrieren.

Zeitvorgabe 15 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Gesamtpunktzahl.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Gesamtpunktzahl: P/ 28P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Sicherungsgerät und Hintersicherung

- ▶ Aufbau Sicherungskette 3er Seilschaft
 - Drei Teilnehmer/innen werden eingebunden (1x Kletterer/in, 1x Sicherer/in, 1x Hintersicherer/in)
(P/2P)
- ▶ Sicherungsgerät und Hintersicherung
 - Seil in Halbautomat korrekt eingelegt
(P/ 3P)
 - Sicherungsgerät am Gurt in Sicherungsschlaufe korrekt eingehakt
(P/ 3P)
 - Karabiner geschlossen
(P/ 3P)
 - Trainercheck & Funktionscheck durchgeführt
(P/ 3P)
 - Auf Eingriff in den Intimbereich geachtet bzw. hingewiesen
(P/ 2P)
 - Hintersicherung korrekt aufgebaut (Prusik, Knoten oder Sicherungsgerät)
(P/ 3P)
 - Kundenhinweis: Sicherung nach Kontrolle durch Kletterbetreuer/in nicht eigenständig verändern
(P/ 3P)
- ▶ Auftreten 'Kletterbetreuer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert (P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - altersangepasst, verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.1.5 Betreuung Klettervorgang

Du bist Kursleiter/in in einem Schnupperklettern. Das Alter der Kunden/innen ist von 16 bis 40 Jahren gemischt. Deine Aufgabe ist es den Kunden/innen den Ablauf des Klettervorgangs zu erklären und anschließend den Klettervorgang in einer 3er Seilschaft zu betreuen.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Gesamtpunktzahl.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Gesamtpunktzahl: P/ 29P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Betreuung Klettervorgang

- ▶ Erklärung Ablauf Klettervorgang für Kunden/innen
 - Erklärung Seilkommandos: Zu, Ist zu, Ab
(P/1P)
 - Demonstration und Erklärung Handling Sicherungs- und Ablassvorgang Sicherer/in und Hintersicherer/in
(P/4P)
 - Kundenhinweis: Erst nach OK von Kletterbetreuer/in losklettern und nur im Beisein des Kletterbetreuers/in und nur mit Hintersicherung klettern und ablassen
(P/ 4P)
 - Kundenhinweis: Nicht von äußeren Einflüssen ablenken lassen und auf den Kletter- und Sicherungsvorgang konzentrieren
(P/2P)
- ▶ Betreuung Klettervorgang
 - Auswahl einer geeigneten Route
(P/3P)
 - Trainercheck durchgeführt
(P/3P)
 - Kletterbetreuer/in betreut Sicherer und Hintersicherer und hilft wenn nötig beim Handling (Seileinziehen und Prusik) - Hilfe kann verbal als auch physisch erfolgen
(P/3P)
 - Kletterbetreuer/in kann jederzeit in alle zu betreuenden Seilschaften eingreifen
(P/3P)
- ▶ Auftreten 'Kletterbetreuer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - altersangepasst, verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.1.6 Abschlussrunde + FAQ's

Du bist Kursleiter/in in einem Schnupperklettern für Familien. Das Alter der Kunden/innen ist von 10 bis 50 Jahren gemischt. Deine Aufgabe ist es mit den Kunden/innen nach dem Familienklettern eine Abschlussrunde durchzuführen und dabei auf Fragen rund ums Klettern einzugehen.

Zeitvorgabe 10 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Gesamtpunktzahl.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Gesamtpunktzahl: P/ 16P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Abschlussrunde + FAQ's

► Abschlussrunde & FAQ's

- Kletterbetreuer/in geht auf Kunden/innenfragen ein
(P/2P)
- Kundenhinweis: Nach dem Kurs kein eigenständiges Sichern/Kletten
möglich - Kurs ersetzt keine Schulung
(P/3P)
- Kundenfeedback einholen
(P/2P)
- Auf Angebote der Halle hinweisen (Kursempfehlungen, Klettergrup-
pen, Kinder- und Jugendklettern, etc.)
(P/3P)

► Auftreten 'Kletterbetreuer/in'

- Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorien-
tiert
(P/ 2P)
- Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
- Kommunikation/Sprache - altersangepasst, verständlich, präzise, kurz-
gehalten
(P/ 1P)
- Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestan-
den)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht be-
standen)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in ge-
genüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2 KleVer-Klettertrainer/in

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.1 Toprope: Gurt anziehen & Partnercheck Gurt

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Topropekurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir gemeinsam den Gurt kennen- und anziehen lernen und in den Selbst-, Partner- und Trainercheck eingeführt werden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 44P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 40P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 98P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Toprope: Gurt anziehen & Partnercheck Gurt

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration Gurt anziehen
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Das Gurtanziehen wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden ohne Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)

► Inhalte

- Demonstration: Gurt anziehen
(P/ 1P)
- Gurtteile benannt
(P/ 2P)
- Aufzeigen von Möglichkeiten Gurt unverdreht auf's erste Mal anzuziehen
(P/ 1P)
- Vorstellung Selbstcheck; worauf ist zu achten
(P/ 2P)
- Vorstellung Partnercheck
(P/ 2P)
 - Einbindeschlaufe vorne
(P/ 3P)
 - Beinschlaufen nicht verdreht
(P/ 3P)
 - Einbindeschlaufe nicht verdreht
(P/ 3P)
 - Hüftgurt nicht falsch herum; Merkmale nennen
(P/ 3P)
 - Gummibänder gestrafft
(P/ 2P)
 - Hüftgurt sitzt in der Taille, über dem Beckenknochen
(P/ 3P)
 - Verschlüsse richtig zugezogen
(P/ 3P)
- Alle Teilnehmer/innen haben einen Partnercheck durchgeführt
(P/ 4P)
- Vorstellung Trainercheck
(P/ 3P)
- Alle Teilnehmer/innen haben zum Ende den Gurt unverdreht an
(P/ 3P)
- Kein/e Teilnehmer/in hat beim Anziehen etwas am Gurt
(P/ 2P)

► Auftreten 'Klettertrainer/in'

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- Ausschlusskriterium
- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.2 Toprope: Einbinden & Partnercheck Knoten (Achter)

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Topropekurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir gemeinsam einen für Anfänger/innen geeigneten Knoten kennen- und knüpfen lernen und in den Selbst-, Partner und Trainercheck eingeführt werden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 44P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 34P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 92P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Toprope: Einbinden & Partnercheck Knoten

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration doppelter Achterknoten einbinden
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Das Binden des Knotens wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Inhalte
 - Demonstration: Achterknoten einbinden
(P/ 3P)
 - Knoten benannt
(P/ 2P)
 - Aufzeigen von Möglichkeiten Achterknoten unverdreht auf's erste Mal zu binden
(P/ 1P)
 - Vorstellung Selbstcheck; worauf ist zu achten
(P/ 2P)
 - Vorstellung Partnercheck
(P/ 2P)
 - Parallele Stränge, Stränge nicht verdreht
(P/ 3P)
 - Seilüberstand ca. 10 cm (ein bis zwei Erwachsenenhände)
(P/ 3P)
 - Auge klein genug (ein bis drei Finger breit)
(P/ 3P)
 - 10 Stränge
(P/ 3P)
 - Kein Schlag
(P/ 2P)
 - Alle Teilnehmer/innen haben den Partnercheck durchgeführt
(P/ 4P)
 - Vorstellung Trainercheck
(P/ 3P)
 - Alle Teilnehmer/innen haben zum Ende den Achternknoten richtig gebunden
(P/ 3P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
- Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.3 Toprope: Sicherungsvermittlung Autotube & Partnercheck Sicherung

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Topropekurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir gemeinsam einen Autotube kennen- und und damit sichern und ablassen lernen sowie in den Selbst- Partner und Trainercheck eingeführt werden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 44P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 86P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 144P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Toprope: Sicherungsvermittlung Autotube & Partnercheck Sicherung

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration Sicherungsgerät einlegen und sichern
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Das Einlegen und das Sichern wurden korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden und an der Kletterwand mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)

► Inhalte

- Demonstration: Autotube einlegen
(P/ 3P)
- Name und Marke von Autotube benannt
(P/ 2P)
- Fachtermini eingeführt; Bremshand, Bremsseil, Seilendknoten
(P/ 2P)
- Aufzeigen von Möglichkeiten Autotube unverdreht auf's erste Mal einzulegen und Piktogrammhinweis
(P/ 1P)
- Vorstellung Selbstcheck; worauf ist zu achten
(P/ 2P)
- Vorstellung Partnercheck
(P/ 2P)
 - Lastseil läuft von oben in Autotube ein
(P/ 3P)
 - Bremsseil läuft von unten aus Autotube raus
(P/ 3P)
 - Blockierunterstützung zeigt in die richtige Richtung
(P/ 3P)
 - Autotube und Seil sind in Karabiner eingelegt
(P/ 3P)
 - Karabiner ist mit Einbinde- bzw. Sicherungsschlaufe verbunden
(P/ 3P)
 - Karabiner ist verschlossen
(P/ 10P)
 - Funktionscheck Sicherungsgerät
(P/ 10P)
 - Seilendknoten min. 50 cm vor Seilende geknüpft
(P/ 3P)
- Alle Teilnehmer/innen haben den Partnercheck durchgeführt
(P/ 4P)
- Alle Teilnehmer/innen haben zum Ende den Autotube richtig eingelegt
(P/ 3P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Vorstellung Trainercheck
(P/ 3P)
- Demonstration: Autotube sichern
(P/ 3P)
- Teilnehmer/innen üben das Sichern
(P/ 3P)
- ▶ Hinweis - Worauf beim sicheren Sichern zu achten ist
 - Bremsband ist nur beim Seileinholen über der Gerätelinie
(P/ 2P)
 - Tunneln von unten
(P/ 2P)
 - Wenig Seil einziehen und kleine Schritte machen
(P/ 2P)
 - Hand am Lastseil zieht gleichzeitig mit Bremsband beim Einholen
(P/ 2P)
- Teilnehmer/innen lernen die Kommandos 'ZU' und 'AB' kennen
(P/ 3P)
- Teilnehmer/innen lernen das 'ZU-Machen' bzw. den Autotube zu Blockieren
(P/ 3P)
- Teilnehmer/innen üben das Ablassen
(P/ 3P)
- Teilnehmer/innen machen in einer Seilschaft mit Hintersicherung einen kompletten Klettergang
(P/ 3P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.4 Toprope: Sturztraining

Du bist Trainer/in im zweiten Teil eines Topropekurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir mit Hilfe einer übungintensiven, 'weichen' und sicheren methodischen Reihe gemeinsam das Halten von Stürzen im Toprope erlernen. Zudem sollen die Kletternden an das Stürzen herangeführt werden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 45P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 16P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 75P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Toprope: Sturztraining

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration Touch-And-Go am Boden
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Touch-And-Go wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden ohne Seil und an der Kletterwand mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - Demonstration: Touch-And-Go am Boden
(P/ 2P)
 - Erklärung dreistufiges Modell: Stürzen mit Ansage, ohne Ansage und mit Schlappseil
(P/ 2P)
 - Kurze Sicherheitsbelehrung (Ab welcher Höhe wird gestürzt, ...)
(P/ 4P)
 - Partnercheck vor Klettergang durchgeführt
(P/ 2P)
 - Trainercheck vor Klettergang durchgeführt
(P/ 6P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.5 Toprope: PSA Normen und Zertifizierungen

Du bist Trainer/in im zweiten Teil eines Topropekurses. Deine Teilnehmer/innen haben alle praktischen Teile des Topropekurses erfolgreich durchlaufen und sollen am Ende noch über die Benutzung, die Lagerung, den Verschleiß und die Belastbarkeit von Klettermaterial/PSA aufgeklärt werden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 6P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 28P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 48P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Toprope: PSA Normen und Zertifizierungen

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 2P)
 - Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Es wird leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Trainer/in hat Equipment zu Demonstrationstzwecken dabei
(P/ 1P)

- ▶ Inhalte
 - Erklärung: EN-Norm
(P/ 2P)
 - Erklärung: CE-Zertifizierung
(P/ 2P)
 - Erklärung: F in [N] bzw. [kN]
(P/ 2P)
 - Erklärung: Norm und max. Belastbarkeit eines Karabiners, Gurtes, Seils mit Knoten, Sicherungsgerät
(P/ 2P)
 - Hinweis: Piktogramm Sicherungsgerät
(P/ 2P)
 - Erklärung: Seildurchmesser Sicherungsgerät
(P/ 2P)
 - Hinweis: Lagerung - trocken, dunkel, kühl, staubfrei, säure- bzw. chemikalienfrei
(P/ 4P)
 - Hinweis: Haltbarkeit und Lebensdauer bzw. Austausch zu Materialien aus Gewebe und Metall
(P/ 4P)
 - Hinweis: Verschleiß und Einfluss auf Lebensdauer
(P/ 4P)
 - Hinweis: Auf Bedienungsanleitung lesen
(P/ 4P)

- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- Ausschlusskriterium
- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.6 Toprope: Umschulung von Autotube auf GriGri

2 Teilnehmer/innen klettern seit einem Jahr regelmäßig im Toprope im 5. Grad und möchten nun vom Autotube zum GriGri wechseln.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 15P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 23P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 52P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Toprope: Sicherungsvermittlung Autotube & Partnercheck Sicherung

► Methodisches Arbeiten

- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in führt das GriGri teilnehmerangepasst und niveauangepasst ein
(P/ 4P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Schulung wird entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entspricht den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)

► Inhalte

- Demonstration: GriGri einlegen
(P/ 3P)
- Name (GriGri) und Marke wurden benannt
(P/ 2P)
- Unterschiede zum Autotube wurden erklärt
(P/ 2P)
- Teilnehmer/innen legen das GriGri selbstständig ein
(P/ 2P)
- Aufzeigen von Möglichkeiten GriGri unverdreht auf's erste Mal einzulegen und Piktogrammhinweis
(P/ 1P)
- Teilnehmer/innen haben den Partnercheck vollständig und korrekt durchgeführt
(P/ 4P)
- Teilnehmer/innen üben das Ablassen
(P/ 3P)
- Teilnehmer/innen wurden auf die Gefahren beim Ablassen und passierte Unfälle aufgeklärt
(P/ 3P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Teilnehmer/innen machen einen kompletten Klettergang
(P/ 3P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.7 Vorstieg: Einbinden & Partnercheck Knoten (Bulin)

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Vorstiegskurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir gemeinsam den doppelten Bulin kennen- und knüpfen lernen und in den Selbst-, Partner und Trainercheck eingeführt werden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 45P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 32P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 91P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Einbinden & Partnercheck Knoten

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration doppelter Bulin einbinden
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Das Binden des Knotens wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - Demonstration: Doppelter Bulin einbinden
(P/ 3P)
 - Knoten benannt
(P/ 2P)
 - Aufzeigen von Möglichkeiten Bulin unverdreht auf's erste Mal zu binden
(P/ 1P)
 - Vorstellung Selbstcheck; worauf ist zu achten
(P/ 2P)
 - Vorstellung Partnercheck
(P/ 2P)
 - Parallele Stränge, Stränge nicht verdreht
(P/ 3P)
 - Seilüberstand ca. 10 cm (ein bis zwei Erwachsenenhände)
(P/ 3P)
 - Auge klein genug (Durchmesser Hälfte einer Faust)
(P/ 3P)
 - Kein Schlag
(P/ 2P)
 - Alle Teilnehmer/innen haben den Partnercheck durchgeführt
(P/ 5P)
 - Vorstellung Trainercheck
(P/ 3P)
 - Alle Teilnehmer/innen haben zum Ende den doppelten Bulin richtig gebunden
(P/ 3P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- Ausschlusskriterium
- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.8 Vorstieg: Sicherungsvermittlung Halbautomat

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Vorstiegsurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir gemeinsam die wichtigen Topropeinhalte Partnercheck und Sichern im Toprope (inkl. Kommandos) wiederholen und mit Hilfe einer übungintensiven und sinnvollen methodischen Reihe das Sichern im Vorstieg am Boden mit einem Halbautomaten (z.B. GriGri) erlernen. Achte darauf, dass ggf. auch Teilnehmer/innen dabei sind, die ausschließlich das Sichern mit einem Autotuber beherrschen.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 45P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 14P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 73P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Sicherungsvermittlung Halbautomat

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration Seil ausgeben
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Das Seil ausgeben wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - Topropekenntnisse überprüft (u.a. Partnercheck, Kommandos, Topropesichern und Ablassen)
(P/ 4P)
 - Demonstration: Sichern im Vorstieg
(P/ 2P)
 - Teilnehmer/innen üben das Seilausgeben und Seileinholen
(P/ 4P)
 - ▶ Sicherheitsaspekte genannt
 - Bremshandprinzip einhalten
(P/ 1P)
 - Wenig Schlappseil ausgeben
(P/ 1P)
 - Flüssige Seilausgabe
(P/ 1P)
 - Gerät nicht durchgängig blockieren
(P/ 1P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelasse
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.9 Vorstieg: 'Exen' klippen

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Vorstiegskurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir gemeinsam lernen die Expressschlingen sicher zu klippen und über mögliche Gefahren beim Klippen hingewiesen werden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 45P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 18P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 77P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: 'Exen' klippen

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration Exen klippen
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Das Klippen wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - Erklärung: Was ist eine 'Exe', Aufbau Expressschlinge (u.a. Schnappkarabiner, Beschaffenheit der Schlinge)
(P/ 3P)
 - Hinweis: Belastbarkeit der Karabiner und der Schlinge
(P/ 4P)
 - ▶ Hinweis: Sicherheitsaspekte
 - Querbelastung
(P/ 1P)
 - Trägheitsmoment beim Anschlagen und Karabineroffenstellung
(P/ 1P)
 - Verdrehtes Einhängen der Expressschlinge in den Bohrhaken (fixierte Seite im Bohrhaken)
(P/ 1P)
 - Verdrehtes Einklippen des Seils
(P/ 1P)
 - Demonstration: sicheres Einklippen mit Finger und sicheres Einklippen mit Daumen (vier Kombinationen: Karabineröffnung links/rechts, linke/rechte Hand)
(P/ 3P)
 - Übung aller Kombinationen durch Teilnehmer/innen
(P/ 4P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.10 Vorstieg: Bodennahes Sichern

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Vorstiegsurses. Deine Teilnehmer/innen sollen lernen in Bodennähe zu sichern und im Sturzfall das Risiko eines Bodensturzes zu reduzieren.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 43P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 22P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 79P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Bodennahes Sichern

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung von Lehrdemonstration: Sturz bei überstrecktem Klippen der 2. Exe
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet an der Wand mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
 (P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - Teilnehmer/innen üben sequenziert das bodennahe Sichern
 (P/ 6P)
 - ▶ Hinweis: Worauf ist beim Sichern zu achten
 - Nah an der Wand
 (P/ 1P)
 - Seitlich versetzt
 (P/ 1P)
 - Wenig bis kein Schlappsein
 (P/ 1P)
 - Volle Aufmerksamkeit bei dem/r Kletterer/in
 (P/ 1P)
 - Sturzraumhygiene
 (P/ 1P)
 - Seil vor dem Klettern richtig Ablängen zum Klippen der ersten Expressschlinge
 (P/ 1P)
 - Kein überstrecktes Klippen ab der 2. Exe
 (P/ 1P)
 - Erste Exe so früh wie möglich klippen
 (P/ 1P)
 - ▶ Hinweis: Worauf ist im Sturzfall zu achten
 - Seil schnell einziehen
 (P/ 1P)
 - Schritt nach hinten
 (P/ 1P)
 - Nicht aktiv mitgehen
 (P/ 1P)
 - Füßen des/r Kletterers/in ausweichen
 (P/ 1P)
 - Demonstration: Sturz während überstreckten Klippens
 (P/ 4P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
 (P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
- Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
- Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.11 Vorstieg: Seilführung & Sicherheitsrelevante Themen

Du bist Trainer/in im ersten Teil eines Vorstiegsurses. Deine Teilnehmer/innen sollen lernen beim Klettern Gefahrenquellen bei der Seilführung zu erkennen bzw. zu vermeiden.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 41P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 12P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 66P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Seilführung & Sicherheitsrelevante Themen

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration korrekte Seilführung
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Die Demonstration Seilführung wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet am Boden ohne Seil statt
(P/ 1P)
- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

► Inhalte

- Demonstration: Richtige Seilführung und Seilführungsfehler
(P/ 4P)

► Hinweis: Richtige Seilführung

- Seil beim Einstieg über Bein oder Fuß
(P/ 2P)
- Kein Fuß/Arm hinterm Seil
(P/ 2P)
- Auf Z-Klipp achten
(P/ 2P)
- Gerade Klipplinie
(P/ 2P)

► Auftreten 'Klettertrainer/in'

- Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
- Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
- Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
- Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.12 Vorstieg: Weiches Sichern

Du bist Trainer/in im zweiten Teil eines Vorstiegsurses. Deine Teilnehmer/innen sollen mit dir mit Hilfe einer übungintensiven, 'weichen' und sicheren methodischen Reihe gemeinsam lernen wie sie Stürze außerhalb der Bodensturzgefahr weich sichern können.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 45P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 16P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 75P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Weiches Sichern

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung Demonstration Touch-And-Go
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Touch-And-Go wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes (Route muss leicht zu klettern sein, für Anfänger geeignet, gutes Sturzgelände, etc.)
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet an der Wand mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - Demonstration: Touch-And-Go am Boden
(P/ 2P)
 - Erklärung dreistufiges Modell: Stürzen unterhalb, an und überhalb der Expressschlinge
(P/ 2P)
 - Kurze Sicherheitsbelehrung (Ab welcher Höhe wird gestürzt, Sturzraumhygiene, ...)
(P/ 4P)
 - Partnercheck vor Klettergang durchgeführt
(P/ 2P)
 - Trainercheck vor Klettergang durchgeführt
(P/ 6P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.13 Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden I

Du bist Trainer/in im zweiten Teil eines Vorstiegsurses. Deine Teilnehmer/innen bzw. Sicherer/innen sollen Möglichkeiten erlernen schwerere Kletterer/innen beim Klettern bzw. im Sturzfall zu sichern. Im praktischen Teil legst du den Fokus auf das OHM.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 45P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 8P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 67P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden I

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung von Lehrdemonstration: OHM-Einlegen
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Das OHM wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet an der Wand mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - ▶ Benennung bzw. Demonstration: Verschiedener Möglichkeiten
 - Sandsack
(P/ 1P)
 - Querklipp/Reibungsklipp
(P/ 1P)
 - OHM (wenn vorhanden und bekannt auch BAUER)
(P/ 1P)
 - Hinweis Vor- und Nachteile aller Möglichkeiten
(P/ 3P)
 - Teilnehmer üben den Umgang mit dem OHM
(P/ 2P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.14 Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden II

Du bist Trainer/in im zweiten Teil eines Vorstiegskurses. Deine Teilnehmer/innen sollen Möglichkeiten erlernen leichtere Kletterer/innen beim Klettern bzw. im Sturzfall zu sichern. (Diese Lehrprobe nur erfahrenen Trainern/innen übergeben.)

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 45P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 6P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 65P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Ausgleichen von Gewichtsunterschieden II

► Methodisches Arbeiten

- Die Lehreinheit folgte einer sehr klaren Struktur
(P/ 5P)
- Der/Die Trainer/in konnte eigene Fehler erkennen und korrigieren
(P/ 3P)
- Der/Die Trainer/in konnte Fehler bei den Teilnehmern/innen erkennen und korrigieren
(P/ 10P)
- Durchführung von Lehrdemonstration: Sichern von leichten Kletterern mittels Querklipp
(P/ 1P)
 - Alle Teilnehmer/innen konnten den/die Trainer/in einsehen
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde korrekt durchgeführt
(P/ 2P)
 - Die Demonstration war verständlich
(P/ 2P)
 - Die Demonstration wurde verbalisiert
(P/ 2P)
- Ausreichend Übungsstellen und -material
(P/ 2P)
- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend lehrerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht versteht oder umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen findet an der Wand mit Seil statt
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)
- ▶ Inhalte
 - Demonstration: Sichern mit Sensorhandmethode
(P/ 2P)
 - Demonstration: Sturz halten mit Sensorhandmethode
(P/ 2P)
 - Teilnehmer/innen üben (ggf. mit Querklipp/Reibungserhöhung) die Sensorhandmethode
(P/ 2P)
- ▶ Auftreten 'Klettertrainer/in'
 - Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
 - Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
 - Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
 - Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
 - Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
 - Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.2.15 Vorstieg: Umschulung von Autotube auf GriGri

2 Teilnehmer/innen klettern seit einem Jahr regelmäßig im Vorstieg im 5. Grad und möchten nun vom Autotube zum GriGri wechseln.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten, bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei Vermittlung der Inhalte und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim Auftreten als Klettertrainer/in.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 15P

Punktzahl 'Inhalte': P/ 22P

Punktzahl 'Auftreten Klettertrainer/in': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 51P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Vorstieg: Sicherungsvermittlung Autotube & Partnercheck Sicherung

► Methodisches Arbeiten

- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in führt das GriGri teilnehmerangepasst und niveauangepasst ein
(P/ 4P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes
(P/ 3P)
- Schulung wird entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entspricht den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 3P)

► Inhalte

- Demonstration: GriGri einlegen
(P/ 3P)
- Name (GriGri) und Marke wurden benannt
(P/ 2P)
- Unterschiede zum Autotube wurden erklärt
(P/ 2P)
- Teilnehmer/innen legen das GriGri selbstständig ein
(P/ 2P)
- Aufzeigen von Möglichkeiten GriGri unverdreht auf's erste Mal einzulegen und Piktogrammhinweis
(P/ 1P)
- Teilnehmer/innen haben den Partnercheck vollständig und korrekt durchgeführt
(P/ 4P)
- Teilnehmer/innen üben das Seilausgeben
(P/ 2P)
- Teilnehmer/innen üben das Ablassen
(P/ 3P)
- Teilnehmer/innen machen einen kompletten Klettergang
(P/ 3P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

► Auftreten 'Klettertrainer/in'

- Verhalten - umsichtig, respektvoll, sicherheitsbewusst, kundenorientiert
(P/ 2P)
- Auftreten - sicher, freundlich, selbstbewusst, gelassen
(P/ 1P)
- Kommunikation/Sprache - verständlich, präzise, kurzgehalten
(P/ 1P)
- Vorbildfunktion erfüllt
(P/ 2P)
- Laute und deutliche Aussprache
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte/wollte auf Fragen & Wünsche antworten bzw. eingehen
(P/ 3P)
- Der/Die Klettertrainer/in konnte sich an das Niveau der Gruppe anpassen
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3 KleVer-Techniktrainer/in

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.1 Entkoppeltes Antreten

Du bist Kursleiter/in in einem Technikanfängerkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 5 bis 6 Grad UIAA unterwegs, klettern verstärkt an gebeugten Armen und geben nach dem Greifprozess nicht nach. Gerade im Stabilisierungs- und Positionierungsprozess fällt das auf. Arbeite mit ihnen gemeinsam an der Technik des entkoppelten Antretens.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 8P

Gesamtpunktzahl: P/ 24P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Entkoppeltes Antreten

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Arme und Rumpf bleiben beim Versetzen der Füße ruhig
(P/ 3P)
 - Versetzen der Füße in kleinen Schritten im Lot der Haltehand/Haltehände
(P/ 1P)
 - Beide Füße sind zum Abschluss der Positionierungsphase gesetzt
(P/ 1P)
 - Halten am langen Arm mit zentrierter Schulter
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Zwischentreten beim Positionieren möglich
(P/ 1P)
- Nachgeben nach dem Greifen zur Vorbereitung des entkoppelten An-
tretens
(P/ 1P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestan-
den)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht be-
standen)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in ge-
genüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.2 Drüber-&-Drauf frontal

Du bist Kursleiter/in in einem Technikanfängerkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 5 bis 6 Grad UIAA unterwegs und ziehen stark über die Arme/Hände zum nächsten Griff. Der Schub aus den Beinen ist wenig bis gar nicht ausgeprägt. Zudem unterstützt die Greifhand nur sehr kurz im Greifprozess. Arbeite mit ihnen gemeinsam an einer effektiveren Technik.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 16P

Gesamtpunktzahl: P/ 32P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Drüber-&-Drauf frontal

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den Methodischen Grundsätzen (vom leichten zum schweren, vom bekannten zum unbekanntem, vom einfachen zum komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Der gegengleiche Fuß wird in Bezug auf die Haltehand mit auswärts gedrehtem Knie auf den Tritt zum Aufstehen gesetzt
(P/ 2P)
 - Beide Hände und beide Füße sind vor dem Greifprozess gesetzt
(P/ 2P)
 - Lange Unterstützung der Greifhand
(P/ 1P)
 - Tieferer Standfuß gibt einen Impuls und Drüber-&-Drauf-Fuß zieht
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Hüftimpuls wird ausgeführt
(P/ 2P)
- Frontale Ausführung
(P/ 1P)
- Drüber-&-Drauf und Weitergreifen erfolgt in einem Zug
(P/ 2P)
- Bogenförmige Bewegungsausführung
(P/ 1P)
- Beidseitige Ausführung wird geübt
(P/ 2P)
- Nach dem Greifprozess wird nachgegeben
(P/ 1P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.3 Drüber-&-Drauf eingedreht

Du bist Kursleiter/in in einem Technikanfängerkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 5 bis 6 Grad UIAA unterwegs und ziehen stark über die Arme/Hände zum nächsten Griff. Der Schub aus den Beinen ist wenig bis gar nicht ausgeprägt. Zudem unterstützt die Greifhand nur sehr kurz im Greifprozess. Arbeite mit ihnen gemeinsam an einer effektiveren Technik.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 16P

Gesamtpunktzahl: P/ 32P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Drüber-&-Drauf eingedreht

► Methodisches Arbeiten

- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
- Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)

► Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:

- Der gegengleiche Fuß wird in Bezug auf die Haltehand mit nach innen gedrehtem Knie auf den Tritt zum Aufstehen gesetzt
(P/ 2P)
- Beide Hände und beide Füße sind vor dem Greifprozess gesetzt
(P/ 2P)
- Lange Unterstützung der Greifhand
(P/ 1P)
- Tieferer Standfuß gibt einen Impuls und Drüber-&-Drauf-Fuß zieht
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Hüftimpuls wird ausgeführt
(P/ 2P)
- Eingedrehte Ausführung
(P/ 1P)
- Drüber-&-Drauf und Weitergreifen erfolgt in einem Zug
(P/ 2P)
- Bogenförmige Bewegungsausführung
(P/ 1P)
- Beidseitige Ausführung wird geübt
(P/ 2P)
- Nach dem Greifprozess wird nachgegeben
(P/ 1P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.4 Greifen

Du bist Kursleiter/in in einem Technikanfängerkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 6 bis 7 Grad UIAA unterwegs und können Jugs sehr gut halten. An anderen Griffen wie Fingerlöchern, Crimps, Slopern und Leisten bekommen sie Schwierigkeiten und ruckeln oft nach. Manchmal laufen die Arme zu, weil sie die Griffe viel zu stark 'zuschrauben' oder sie rutschen vom Griff ab. Erarbeite mit den Teilnehmer/innen Möglichkeiten ökonomischen Greifens.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 14P

Gesamtpunktzahl: P/ 30P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Greifen

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Der/Die Teilnehmer/in lernt mit dem Blick zum Zielgriff zu schauen bis die Hand sitzt (P/ 2P)
 - Beide Hände und beide Füße sind vor dem Greifprozess gesetzt
(P/ 2P)
 - Es wird auf's erste Mal gegriffen ohne nachzuruckeln
(P/ 2P)
 - Lange Unterstützung der Greifhand beim Greifen
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Weiches oder leises Greifen
(P/ 1P)
- formschlüssiges Greifen
(P/ 2P)
- Der Affengriff als ergonomische Variante wird eingeführt
(P/ 1P)
- Der Schwerpunkt ist auf den Füßen bzw. nah an der Wand bzw. im Lot unter den Armen bzw. beim Greifen im Lot unter der Haltehand
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.5 Präzises Treten

Du bist Kursleiter/in in einem Technikanfängerkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 5 bis 7 Grad UIAA unterwegs und lassen beim Antreten die Arme anblockiert bzw. ziehen sie verstärkt an den Armen. Teilweise bringen sie beim Greifen kaum Druck auf den Standfuß, wippen beim Positionieren nach oder rutschen beim Aufstehen ab. Erarbeite mit ihnen passende Fußtechniken.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 18P

Gesamtpunktzahl: P/ 34P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Präzises Treten

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände und Platte)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Der/Die Teilnehmer/in lernt mit dem Blick zum Zieltritt zu schauen bis der Fuß sitzt
(P/ 3P)
 - Die Teilnehmer/innen lernen mit der Fußspitze, dem Innen- und Außenrist anzutreten
(P/ 2P)
 - Die Teilnehmer/innen lernen Antreten mit hohem und tiefem Hacken
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Die Teilnehmer/innen lernen am Fuß zu 'ziehen'
(P/ 2P)
- Es wird auf's erste Mal getreten ohne nachzuruckeln
(P/ 2P)
- Weiches oder leises Treten
(P/ 1P)
- formschlüssiges Treten
(P/ 2P)
- entlastetes setzen der Füßen durch Hüftverlagerung/Standfußwechsel
(P/ 3P)
- Der Schwerpunkt über den Füßen bzw. über dem Standfuß
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.6 Stützen & Spreizen

Du bist Kursleiter/in in einem Technikfortgeschrittenenkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 6 bis 7 Grad UIAA unterwegs und können kein Druck auf die Hände und Füße in einer Verschnaidung bringen. Es fällt ihnen schwer eine Hand oder einen Fuß zu lösen und haben immer wieder das Gefühl aus der Wand zu kippen. Sie versuchen sich stärker an den Griffen festzuhalten bzw. hochzuziehen. Erarbeite mit ihnen Techniken des Stützens & Spreizens.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 10P

Gesamtpunktzahl: P/ 26P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Stützen & Spreizen

► Methodisches Arbeiten

- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände, Kamin oder Verschneidung)
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
- Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt (P/ 1P)
- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)

► Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:

- Die Haltehand/-hände sind nahe des Verschneidungswinkels, mittig bis tief positioniert, ca. auf Hüfthöhe
(P/ 3P)
- Die Stützhand ist auf Seite des zu lösenden Fußes
(P/ 2P)
- Entlasten eines Fußes/einer Hand bei gleichzeitigem Gegendruck durch drei Punkte in die Wand
(P/ 3P)
- Advanced: Die Teilnehmer/innen lernen die Technik Hand-Zu-Fuß
(P/ 1P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Mittlere Trittweite ist optimal
(P/ 1P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.7 Gegendrucktechnik bzw. Piazen

Du bist Kursleiter/in in einem Technikfortgeschrittenkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 7 Grad UIAA unterwegs und verlieren beim eingedrehten Klettern mit einseitiger, seitlicher Belastungsrichtung den Halt und rutschen aus der Wand. Teilweise bekommen sie keinen Druck auf die Füße, ihnen laufen die Arme zu oder können nicht aufstehen. Erarbeite mit ihnen passende Gegendrucktechniken.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 16P

Gesamtpunktzahl: P/ 32P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Gegendrucktechnik bzw. Piazzen

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrecht bis leicht überhängendes Gelände, Griffolgen mit einseitiger seitlicher Belastungsrichtung)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Spannungsaufbau in Arm von Haltehand und Gegenpressen von gegenseitigen Bein
(P/ 2P)
 - Gegenseitige Arme und Beine wechseln sich bei der vertikalen Fortbewegung ab
(P/ 2P)
 - Konsequenter Spannungsaufbau über die gesamte Dauer der vertikalen Fortbewegung (P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Entkoppeltes Antreten nicht mehr ausführbar
(P/ 2P)
- Eingedrehte Körperposition
(P/ 2P)
- Hoher Kraftaufwand
(P/ 2P)
- Lot des Körperschwerpunktes weit außerhalb der Hand-Fuß-Achse
(P/ 2P)
- Treten auf Reibung möglich
(P/ 2P)

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.8 Einfache Dynamos

Du bist Kursleiter/in in einem Technikfortgeschrittenkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 6. und 7. Grad UIAA unterwegs und klettern sehr statisch. Es findet kaum eine Auslösung in der Hüfte statt. Weite Züge können sie nur unter sehr hohen Kraftaufwänden überwinden. Erarbeite mit ihnen dynamische Klettertechniken.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 12P

Gesamtpunktzahl: P/ 28P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Einfache Dynamos

► Methodisches Arbeiten

- Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
- Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
- Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
- Viel praktischer Input
(P/ 1P)
- Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
- Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
- Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
- Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
- Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
- Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)

► Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:

- Aktiver Greifarm bei der Bewegungsauslösung
(P/ 2P)
- Höherer Standfuß: Aktives 'Ziehen' mit dem Fuß - tiefe Ferse zu Beginn der Bewegungsausführung
(P/ 2P)
- Tieferer Standfuß: Aktiver, schneller Impulsgeber
(P/ 2P)
- Weiterführen der Bewegung mit dem Haltearm
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Aktive Hüftauslösung
(P/ 3P)
- Dynamischer Zug ggf. mit Kontaktverlust von tiefen Standfuß (bei Fortgeschrittenen auch Verlust beider Füße möglich (Sprung))
(P/ 1P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.9 Offene Tür 1 - Grundtechniken

Du bist Kursleiter/in in einem Technikfortgeschrittenkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im 6. bis 7. Grad UIAA unterwegs, klettern nicht gegengleich und drehen sich häufig bei Lösen der Greifhand aus der Wand. Vermittle zur Überwindung dieser Probleme die mögliche Grundtechniken die offene Tür zu kompensieren.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 12P

Gesamtpunktzahl: P/ 28P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Offene Tür 1 - Grundtechniken

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Erläuterung des Problems der offenen Tür
(P/ 2P)
 - 1. Lösung: Kompensation über Dreipunktregel (2. Fuß aktiv einsetzen und Spannung im Bein und Core aufbauen)
(P/ 2P)
 - 2. Lösung: Lot des Schwerpunktes wird in die Drehachse der offenen Tür und an die Wand gezogen (zweiter Fuß wird eng an die Drehachse der offenen Tür gesetzt)
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- 3. Lösung: Haltehand und gegengleicher Standfuß zum Aufstehen und Greifen verwenden (Trittwechsel) und eindrehen
(P/ 2P)
 - 4. Lösung: Lot des Schwerpunktes weit außerhalb der Drehachse der offenen Tür (z.B. durch aktives Ziehen am weit entfernten Fuß, frontale Ausführung, gespreizte Beine, Beine nach außen gedrückt)
(P/ 3P)
 - 5. Lösung: Kompensation über Hüftschwungauslösung
(P/ 1P)
- Ausschlusskriterium
- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Definition der offenen Tür:

- Vorstellung: Tür in zwei Angeln kippt aus der 2D-Ebene und rotiert in 3D-Ebene
- Alle Freiheitsgrade bewegbar (X-, Y,- & Z-Achse)
- Einige Rotationen schließen die Tür, andere öffnen die Tür
- Körper kippt ähnlich einer Tür aus der Wand ohne Kraft- oder Körperkompensation
- Konsequenz: Keine Bewegungskompensation mehr möglich oder Haltverlust
- Problem tritt vor allem im (leicht) überhängendem Gelände auf, sobald die Greifhand gelöst wird und vor allem nur zwei Punkte an der Wand belassen werden
- Häufig sind die beiden Punkte Arm und Bein der gleichen Seite
- Es wird eine Drehachse (Achse zwischen Arm und Fuß) generiert

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.10 Offene Tür 2 - Scheren & Pendeln

Du bist Kursleiter/in in einem Technikfortgeschrittenkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im mittleren 7. bis unteren 8. Grad UIAA unterwegs und beherrschen Grundtechniken eine offene Tür zu kompensieren. Leider reichen diese Techniken den Teilnehmer/innen nicht mehr aus um alle Türprobleme zu lösen. Gerade abschüssige Tritte außerhalb der Drehachse stellen große Probleme dar oder kleine Griffe, deren Belastungsrichtung in die Richtung des Kletterzugs zeigen oder so kleine Griffe, die gegengleich eingedreht nicht mehr ohne zu hohe Kraftaufwände gehalten werden können bzw. wo gegengleiches Eindrehen nicht mehr möglich ist. Vermittle zur Überwindung dieser Probleme die Techniken 'Pendelbein' (gleichseitiges Einpendeln), 'Hinterscheren' und 'vorne Scheren', um die offene Tür zu kompensieren.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 18P

Gesamtpunktzahl: P/ 34P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Offene Tür 2 - Scheren & Pendeln

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den methodischen Grundsätzen (vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer/in vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Pendelbein: Arm und gleichseitiges Bein stehen und Fixierfuß wird hinter dem Standbein vorbeigeführt und verbleibt in der Luft
(P/ 3P)
 - Hinterscheren: Arm und gleichseitiges Bein stehen und Fixierfuß wird hinter dem Standbein vorbeigeführt und drückt in die Wand
(P/ 3P)
 - Vorne Scheren: Arm und gleichseitiges Bein stehen und Fixierfuß wird vor dem Standbein vorbeigeführt und drückt in die Wand
(P/ 3P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Fuß schert zur gegenüberliegenden Seite des Oberkörpers über die Drehachse hinaus aus
(P/ 2P)
 - Lot des Schwerpunktes wird nahe in die Drehachse der Tür und an die Wand gezogen
(P/ 3P)
 - Gegenkraft zur Rotationsrichtung durch Schwerpunktsverlagerung aufbauen
(P/ 2P)
 - Frontale bis eingedrehte Position
(P/ 2P)
- Ausschlusskriterium
- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.11 Offene Tür 3 - Ägypter

Du bist Kursleiter/in in einem Technikfortgeschrittenkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im mittleren 7. bis unteren 8. Grad UIAA unterwegs und beherrschen Grundtechniken eine offene Tür zu kompensieren. Leider reichen diese Techniken den Teilnehmer/innen nicht mehr aus um alle Türprobleme zu lösen. Gerade abschüssige Tritte außerhalb der Drehachse stellen große Probleme dar oder kleine Griffe, deren Belastungsrichtung in die Richtung des Kletterzugs zeigen oder so kleine Griffe, die gegengleich eingedreht nicht mehr ohne zu hohe Kraftaufwände gehalten werden können bzw. wo gegengleiches Eindrehen nicht mehr möglich ist. Vermittle zur Überwindung dieser Probleme die Technik 'Ägyptern', auch Drop-Knee genannt, um die offene Tür zu kompensieren.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 6P

Gesamtpunktzahl: P/ 22P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Offene Tür 3 - Ägypter

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den Methodischen Grundsätzen (vom leichten zum schweren, vom bekannten zum unbekanntem, vom einfachen zum komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Lot des Schwerpunktes außerhalb der Drehachse der offenen Tür
(P/ 2P)
 - Eingedrehte Ausführung: Fußsohle des Fixierbeins wird mit Druck durch Druckbein in den Tritt gedrückt und der Schwerpunkt wird in die Drehachse geschoben, Verpressen des Fußes
(P/ 2P)
 - Das Knie wird nach unten gedrückt und beim Aufstehen wird der Druck vom Fixierbein über das Knie nach oben gelenkt
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

► Ausschlusskriterium

- Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
- Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

6.3.12 Offene Tür 4 - Hooks

Du bist Kursleiter/in in einem Technikfortgeschrittenkurs mit Erwachsenen im Alter von 18 bis 50 Jahren. Deine Teilnehmer/innen sind im mittleren 7. bis unteren 8. Grad UIAA unterwegs und beherrschen Grundtechniken eine offene Tür zu kompensieren. Leider reichen diese Techniken den Teilnehmer/innen nicht mehr aus um alle Türprobleme zu lösen. Gerade abschüssige Tritte außerhalb der Drehachse stellen große Probleme dar oder kleine Griffe, deren Belastungsrichtung in die Richtung des Kletterzugs zeigen oder so kleine Griffe, die gegengleich eingedreht nicht mehr ohne zu hohe Kraftaufwände gehalten werden können bzw. wo gegengleiches Eindrehen nicht mehr möglich ist. Vermittle zur Überwindung dieser Probleme die Techniken 'Heel Hook' und 'Toe Hook', um die offene Tür zu kompensieren.

Zeitvorgabe 20 min

Prüfung Bestanden bei 50 % der erreichbaren Punktzahl beim methodischen Arbeiten und bei 50 % der erreichbaren Punktzahl bei der Vermittlung der Basismerkmale.

Vorname, Name:

Datum:

Ort:

Uhrzeit Beginn:

Uhrzeit Ende:

Bestanden:

Unterschrift Lehrtrainer/in:

Punktzahl 'Methodisches Arbeiten': P/ 16P

Punktzahl 'Vermittlung der Basismerkmale': P/ 8P

Gesamtpunktzahl: P/ 24P

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

Checkliste Offene Tür 4 - Hooks

- ▶ Methodisches Arbeiten
 - Hohe Übungsintensität
(P/ 2P)
 - Überwiegend schülerzentriertes Arbeiten
(P/ 2P)
 - Wenige theoretische Erklärungen
(P/ 2P)
 - Viel praktischer Input
(P/ 1P)
 - Der/Die Kursleiter/in kann spontan Übungen individualisieren bzw. weitere Übungen anbieten, sofern ein/e Teilnehmer/in die Ursprungsübung nicht umsetzen kann
(P/ 1P)
 - Auswahl angemessenen Übungsgeländes (leichtes, senkrechtes bis leicht überhängendes Gelände)
(P/ 3P)
 - Übungen werden leicht verständlich erklärt
(P/ 1P)
 - Übungen finden in Bodennähe ohne Seil statt
(P/ 1P)
 - Klettersequenzen bzw. Griffe werden dem Kletterkönnen gerecht ausgewählt
(P/ 1P)
 - Übungen werden entsprechend einer methodischen Reihe aufgebaut bzw. entsprechen den Methodischen Grundsätzen (vom leichten zum schweren, vom bekannten zum unbekanntem, vom einfachen zum komplexen)
(P/ 2P)
- ▶ Vermittlung von Basismerkmalen; Trainer vermittelte (richtig) bzw. korrigierte (wenn falsch) in den Übungen die folgenden Merkmale:
 - Lot des Schwerpunktes weit außerhalb der Drehachse der offenen Tür
(P/ 2P)
 - Aktives Ziehen am weit entfernten Fuß außerhalb der Drehachse über einen Heel oder Toe Hook, frontale Ausführung, gespreizte Beine, Beine nach außen gedrückt)
(P/ 2P)
 - Heel Hook: Gebeugtes Knie schaut aus der Wand
(P/ 2P)

6. - PRÜFUNGSLEHRPROBEN -

- Toe Hook: Schienbein wird angespannt und Bein wird durchgedrückt und lang gemacht (P/ 2P)
- ▶ Ausschlusskriterium
 - Relevanter Sicherheitsfehler unterlaufen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Thema verfehlt bzw. relevante Inhalte fehlen (Prüfung ist nicht bestanden)
 - Zu Prüfende/r hat sich unangemessen einem/r Teilnehmer/in gegenüber verhalten (Prüfung ist nicht bestanden)

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

7 - Theoretische Prüfung KKT -

Zur Prüfung des Fachwissens der angehenden Klettertrainer/innen steht ein Fragenkatalog aus Fragen verschiedener Themenbereiche zur Auswahl. Bei der Zusammenstellung der Prüfungsfragen muss darauf geachtet werden, dass die verschiedenen Themenbereiche gleich gewichtet werden und die Gesamtpunktzahl 50 ergibt. Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mehr als die Hälfte der Punkte (mindestens 26 Punkte) erreicht werden. Im Downloadbereich liegt eine DOC-Datei als Beispielprüfung einmal mit Antworten und ohne Antworten bereit. Fragen können darin händisch ausgetauscht werden, so dass jede/r Lehrtrainer/in seine/ihre Schwerpunkte und relevanten Fragen selbst gestalten kann.

7.1 Norm, Ausrüstung & Materialkunde

Nenne die drei Mindestfestigkeiten, welche die EN-Norm für Schnappkarabiner (Basiskarabiner) fordert und nenne die jeweiligen Belastungsrichtungen dazu. 3P

- 20 kN Längsbelastung
- 7 kN Querbelastung
- 7 kN Karabineroffenbelastung

Was heißt PSAG A und welcher Kategorie gehört diese an? 1P

- Persönliche Schutzausrüstung gegen Absturz
- Kategorie III

Was ist der Unterschied zwischen PSA der Kategorie II und III 2P

- PSA Kategorie III muss durch ein unabhängiges Prüfinstitut geprüft werden, während PSA Kategorie II vom Hersteller selbst geprüft werden kann.
- PSA der Kategorie III umfasst sehr hohe Risiken wie schwere Gesundheitliche Beeinträchtigungen und Tod. PSA Kategorie II umfasst Risiken die minderschwere Verletzungen bedingen.

Beschreibe knapp drei Vorteile von *halbautomatischen* Sicherungsgeräten (z.B. Grigri, Matik, Eddy, Lifeguard, Kinetic, Birdie) gegenüber manuellen (dynamischen) Sicherungsgeräten (z.B. Achter, Tuber, HMS). 3P

- Bremshandpositionsunabhängig
- Handhaltekraftunabhängig
- Höhere Sicherheitsreserve durch Blockierfunktion bei Verletzen des Brems-handprinzips

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

Nenne 5 Kriterien, die dich dazu veranlassen ein Seil auszumustern.
5P

- Mantel offen – Kern sichtbar
- Verfärbung
- Gravierende Mantelbeschädigung durch steife oder weiche Stelle
- Starke Mantelverschiebung
- Verpelzter Mantel

Nenne die Höhe der Mindestbruchlast einer vernähten Bandschlinge laut EN. 1P

- 22 kN

Wie wird der Sturzfaktor errechnet und welcher ist der im Klettersport max. erreichbare Sturzfaktor? Ab welchem Sturzfaktor sollte ein Seil ausgesondert werden? 2P

- $\text{Sturzfaktor} = \text{Sturzweite} / \text{ausgegebene Seillänge}$
- 2
- 1

Welche Information muss der Hersteller in jedem Fall auf der angebotenen PSA Kategorie III aufdrucken/einstanzen, um den einen Sicheren Umgang durch den/die Nutzer/in zu gewährleisten? 1P

- Den Hinweis auf die Bedienungsanleitung (i)

In welchem/n Bauteil/en darf sich ein/e Kletterer/in im Gurt einbinden, wer gibt das vor und wo findet sich der Hinweis darauf? 3P

- Einbindeschlaufe oder Beinsteig + Hüftsteig
- Hersteller
- Bedienungsanleitung

Wie viele Normstürze muss ein Einfachseil nach EN mindestens aushalten? 1P

- 5

Wie hoch ist das Gewicht beim Normsturz für Einfachseile? 1P

- 80 kg

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

Was ist der Fangstoß? 1P

- Der Fangstoß ist die Kraft, die das Seil auf den/die Stürzende/n überträgt.

Was ist der Sturzzug? 1P

- Der Sturzzug ist die Kraft, die das Seil auf den/die Sicherer/in überträgt.

Wie hoch ist der höchstmögliche Sturzfaktor und wo kann dieser auftreten? 2 P

- 2
- Bei einem direkten Sturz in den Zwischenstand.

7.2 Rechtliche Grundlagen

Was ist unter dem Begriff Garantenstellung zu verstehen? Nenne das wesentliche strafrechtliche Kernmerkmal und erläutere warum der die besser ausgebildete bzw. erfahrene Person mehr Verantwortung trägt. 3P

- Wer nichts unternimmt, um einen vom Gesetz verbotenen Sachverhalt zu verhindern, macht sich strafbar, wenn er rechtlich dafür einzustehen hat, dass der Tatbestand nicht eintritt. Diese Verpflichtung zum Tätigwerden wird als Garantenpflicht bezeichnet. Sie kann auf einem Gesetz, einem Vertrag oder einem besonderen Vertrauensverhältnis beruhen.
- Man macht sich strafbar, wenn man durch sein Handeln gegen ein Strafgesetz verstößt. Bei gewissen Tatbeständen wird indes das Nichtstun bestraft.
- Weil eine besser ausgebildete bzw. erfahrene Person Gefahren besser ab- und einschätzen kann, die ggf. die nicht oder nur wenig ausgebildete bzw. erfahrene Person ggf. gar nicht einschätzen kann.

Nenne vier Pflichten, die ein Klettertrainer/in vor bzw. während einem Kindergeburtstag erfüllen bzw. genügen muss. 4P

- Informationspflicht
- Sorgfaltspflicht
- Aufsichtspflicht
- Verkehrssicherungspflicht

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

Bei der Betreuung eines Minderjährigen ist hinsichtlich eines Personenschadens ist darauf zu achten, dass das Kind (sich) nicht ... 3P

- sich nicht selbst schädigt.
- keine anderen schädigt.
- nicht von anderen geschädigt wird.

Unterhalb welchen Lebensjahres sind Minderjährige nach dem Paragraph 828 BGB für einen Schaden, die sie einem anderen zufügen, nicht verantwortlich zu machen? 1P

- 7

Welche Versicherung muss jede/r freiberufliche Klettertrainer/in und Routenschrauber/in abschließen, wenn er/sie in dem Arbeitsbereich arbeiten und Geld verdienen möchte? 1P

- Berufshaftpflichtversicherung

7.3 Kursdurchführung

Worauf hat der/die Klettertrainer/in bei einem Sturz-Sicherungs-Training bei der Auswahl des Geländes zu achten? Nenne mindestens vier Kriterien. 2P

- Auswahl des Geländes
- leicht überhängende Wand
- Wandstruktur - keine zu großen Griffe/Tritte im Sturzbereich und keine ungeeigneten Wandformationen wie Dachkanten, Verschneidungen,...)
- Einfache Route

Welche Kenntnisse muss der/die Klettertrainer/in im Vorstiegskurs unbedingt überprüfen? 1P

- Topropekenntnisse

Welcher sinnvoller Aufbau (methodische Reihe) ergibt sich beim Sturztraining im Toprope? 3P

- Stürzen in straff-gesicherte Seil mit Ansage
- Stürzen in straff-gesicherte Seil ohne Ansage
- Stürzen ins Seil mit Schlappseil ohne Ansage

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

**Wie oft sollen Teilnehmer/innen in einem Toprope- bzw. Vorstiegs-
kurs beim Sturztraining in Seil stürzen? 1P**

- so oft es geht

7.4 Pädagogik

**Was ist unter dem Begriff Pädagogik zu verstehen und nenne drei
pädagogische Ziele, die besonders gut mit dem Klettersport erreich-
bar sind.**

- Pädagogik beschreibt das körperliche, geistige Fördern und das (Aus-)Bilden bzw. Erziehen einer Person, meist Kinder, mit Hinblick auf erstrebenswerte Ziele, Wertevorstellungen, Persönlichkeitsentwicklung in Theorie und Praxis.
- Verantwortung übernehmen für andere; Training von Selbstbewusstsein; mit Grenzen umgehen; mit Emotionen und Ängsten umgehen; Förderung von Körpergefühl, Bewegung, Koordination, Kraft, Entwickeln von Lösungsstrategien

**Was versteht man unter kognitiver, motorischer und sozialer Kom-
petenz im Klettersport? Und nenne je ein Kompetenzbeispiel dafür,
was ein Kind beherrschen muss, wenn es selbstständig und ohne Hin-
tersicherung in einem Topropekletterkurs sichern darf. 3P**

- Kognitiv: Das Kind versteht geistig worauf es beim Sichern ankommt – Wenn ich die Bremshand nicht festhalte, dann kann ggf. mein/e Kletterpartner/in im Sturzfall abstürzen
- Motorisch: Das Kind kann das Sichern körperlich umsetzen – Ich muss das sichern beherrschen und meine Bremshand schließen
- Sozial: Das Kind kann mit seinem/r Kletterpartner/in kommunizieren, kooperieren und sich in diese/n emotional hineinversetzen – Mein/e Kletterpartner/in hat ggf. Angst, wenn ich nicht vernünftig sichere

7.5 Methodik

**Nenne zwei Lehrmethoden des/r Lehrers/in bzw. Trainers/in im Un-
terricht hinsichtlich seiner/ihrer Stellung zur Gruppe und erläutere,
welche der beiden Methoden für welche Inhalte geeignet ist. 6P**

- Lehrerzentrierte/deduktive Methode – geeignet für Inhalte mit sicherheitsrelevanten Inhalten
- Schülerzentrierte/induktive Methode – geeignet für Techniktraining

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

Nenne zwei Methoden, um beim Übungsaufbau Lehrinhalte sinnvoll zu präsentieren und diese Lehrinhalte praktisch zu üben. Gib jeweils ein Beispiel (Lehrinhalt) an und begründe deine Entscheidung. 6P

- Teilmethode
- Z.B. beim Achterknoten erlernen
- In zwei Schritten, weil der/die Teilnehmer/in sich das Stecken des Knotens besser merken kann
- Ganzheitsmethode
- Z.B. beim Einstudieren des Sicherungsvorgangs im Toprope
- Weil der/die Teilnehmer/in den Gesamten Bewegungsablauf einstudieren muss

Nenne mindestens drei Kriterien für eine gute Demonstration. 3P

- Freier Blick auf die Demonstration aller Teilnehmer
- Demonstration wird verbalisiert
- Hauptmerkmale der Demonstration werden herausgestellt
- Geeignetes Übungsgelände

Nenne 3 methodische Grundsätze, die beim Aufbau von Übungen bedacht werden müssen. 3P

- Vom Leichten zum Schweren
- Vom Bekannten zum Unbekannten
- Komplexes auf Einfachem aufbauen

Was versteht man unter hoher Übungsintensität und welche Kriterien beeinflussen diese? 4P

- Kurze Erläuterung zur Übungsdurchführung
- Jede/r Teilnehmer/in hat eine Übungsstelle und Übungsmaterial
- Die Teilnehmer/innen können so oft üben, wie sie wollen
- Die Teilnehmer/innen können selbstständig üben

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

7.6 Sicherungstechnik

Beschreibe, in welcher sehr oft vorkommenden Situation du auf das weiche Sichern verzichten solltest und stattdessen hart sicherst? Was ist das Ziel des harten Sicherns in dieser Situation? 2P

- Bei Stürzen in Bodennähe (ca. bis zur 4 oder 6 Expressschlinge)
- Durch den kürzeren Bremsweg soll ein Bodensturz vermieden werden

Nenne 3 Kriterien, die ein/e Vorsteiger/in beim Klippen auf den ersten Metern einer Route in einer Kletterhalle umsetzen sollte. 3P

- Stabile Klippposition einnehmen
- Erste Expressschlinge sollte so früh wie möglich geklippt werden
- Weitere Expressschlingen auf Bauchhöhe klippen und überstrecktes Klippen vermeiden

Nenne vier Aspekte, die von der sichernden Person beim Sichern eines Vorstiegs in Bodennähe zu beachten sind. 2P

- Wandnahes sichern
- Außerhalb der Falllinie des/r Sicherers/in stehen – seitlich versetzt
- Schlappseil vermeiden
- Hartes Sichern im Sturzfall

Was bezeichnet der Begriff Dreibeinlogik beim Klettern? 3P

- Bremshandprinzip
- Kenntnis über die Funktionsweise des verwendeten Sicherungsgerätes
- Reflexe des Menschen (Greifreflex am Sicherungsgerät / Führungsseil)

Nenne 6 Bestandteile des Partnerchecks bei der Kontrolle des/r Sicherungsgerätes. 6P

- Seilendknoten
- Sicherungskarabiner geschlossen
- Seil im Sicherungsgerät richtig eingelegt (Piktogramme)
- Sicherungsgerät im Karabiner richtig eingehangen
- Funktionscheck
- Es wird das gleiche Seil wie das von dem/r Kletterpartner/in verwendet

7. - THEORETISCHE PRÜFUNG KKT -

Nenne 4 Bestandteile des Partnerchecks bei der Kontrolle des Anseilknottes. 4P

- 10 Einzelstränge
- Parallel gelegt
- Seilüberstand ca. 10 cm
- Weiches Auge nicht größer als 3 cm (Durchmesser)

Nenne 4 Bestandteile des Partnerchecks bei der Kontrolle des Gurtes. 4P

- Verschlüsse der Beinschlaufen schauen nach außen
- Einbindeschlaufe ist nicht verdreht
- Hüftgurt ist nicht verdreht (Logocheck)
- Gurt sitzt über dem Becken in der Taille

Ab welcher Höhe kann weich gesichert werden und welche Kriterien in Bezug auf den/die Sicherer/in führen dazu, dass weich gesichert wird? 4P

- Nachdem die 5. Exe geklippt wurde
- Schrittstellung
- Aktives mitgehen
- Ausreichende Sturzerfahrung

Welche Formen der Hintersicherung kennst du? 4P

- Knoten ins Bremsseil
- Zweite Bremshand durch Trainer/in oder Teilnehmer/in
- Prusikhintersicherung
- Zweites Sicherungsgerät

Welches Risiko besteht beim Sichern mit dem GriGri und warum? Mit welchem Halbautomat kann das Problem umgangen werden? 3P

- Ablassunfall
- Überreißen des Ablasshebels
- Eddy oder GriGri+ oder Matik

8. AUSRÜSTUNGLISTE

8 Ausrüstungsliste

Zur Ausbildung von Kletterbetreuern/innen und -trainern/innen stehen zwei Schulungskits zur mit folgender Bestückung Verfügung:

Gerätename	Kategorie	Menge
GriGri	Sicherungsgerät	1
GriGri+	Sicherungsgerät	1
Eddy	Sicherungsgerät	1
MegaJul	Sicherungsgerät	1
Jul2	Sicherungsgerät	1
Smart	Sicherungsgerät	1
Tuber	Sicherungsgerät	1
Schraubkarabiner klein	Karabiner	2
HMS Karabiner	Karabiner	2
Tre-Lock Karabiner	Karabiner	2
Ball-Lockkarabiner	Karabiner	2
Expresschlinge	Karabiner	1
Gurt	Gurt	1
Bandschlinge	Schlingenmaterial	1
Ohm	Sicherungshilfsmittel	1
Verschlissener Karabiner	Defektes Material	1
Verschlossene Exe	Defektes Material	1
Verschlossenes	Kettenglied	Defektes Material 1

Die Kits können bei der KleVer-Geschäftsstelle zu Ausbildungszwecken angefragt werden.