

TECHNIK-UND TRAININGSBOULDERKURS 1

- KURSinHALTE:** Techniktraining, individuell zugeschnitten, Kennenlernen verschiedener Trainingsmethoden, sinnvolles Aufwärmen, Einklettern, Ausklettern und Ausdehnen, gemeinsam Bouldern
- TEILNEHMERZAHL:** Mind. 4 Personen
Max. 8 Personen
- VORAUSSETZUNGEN:** Der Kurs richtet sich vom geübten Einsteiger bis zum Köhner.
- KOSTEN:** Kurskosten: 140 Franken
Die Eintrittsgebühren für die Boulderhalle B2 sind nicht in den Kurskosten enthalten und sind Sache der TeilnehmerInnen. Die Kurskosten sind am ersten Kurstag bar zu bezahlen.
- DATEN:** Dienstags: 22.03.11 / 29.03.11 / 05.04.11 / 12.04.11 / 19.04.11 / 26.04.11
- ZEIT:** 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr
- ORT:** Boulderhalle B2, Hardstrasse 46, 4133 Pratteln
- ANMELDUNG:** Mail: info@bewegungsfreude.ch Telefonisch: 076 449 38 05
- LEITUNG:** Scheuber Diego Dipl. Bewegungspäd. Swiss Olympic Trainer Erwachsenenbildner
Pfammatter Daniel Sportwissenschaftler Sportlehrer