

## BAUSTEIN – BESCHREIBUNG



### TEAMKLETTERN

Beim Teamklettern am Standort Süchteln warten verschiedene Kletterelemente, wie der Seiltanz, Charly Chaplin oder auch das Labyrinth in der Höhe auf euch, die zu absolvieren sind. Vom Sichern, über das gegenseitige Unterstützen bis hin zum Klettern arbeitet ihr hier in 2-er bis 3-er Teams zusammen, um euer Ziel zu erreichen. Dabei stehen euch ausgebildete Trainer:innen zur Seite, die euch in die sicherheitstechnischen Abläufe einführen und euch durch den Baustein begleiten. Ihr wollt nicht klettern? In dem Fall könnt ihr als Sicherer eine besonders verantwortungsvolle Rolle übernehmen.

**UNSER TIPP:** EIN BELIEBTER BAUSTEIN IN KOMBINATION MIT UNSERER „GPS RALLYE“ – AUCH FÜR SPORTLICHE ZIELSETZUNGEN VON VEREINSMANNSCHAFTEN.

### CHECKLISTE

- ✓ Ist deine Klasse/ Gruppe vollzählig?
- ✓ Tragen alle Schüler:innen/ Teilnehmer:innen festes Schuhwerk bzw. wetterfeste Kleidung und ggf. ein Haarband?
- ✓ Haben alle Schüler:innen/ Teilnehmer:innen eine Trinkflasche dabei?
- ✓ Waren alle vorher auf der Toilette?



### EXEMPLARISCHER ABLAUFPLAN\*

| Uhrzeit      | Aktion  |
|--------------|---|
| 13:45 Uhr    | Eintreffen am Veranstaltungsort/<br>Abholung am Treffpunkt<br>& Vorab-Gespräch mit dem:der Trainer:in                 |
| 14:00 Uhr    | Programmstart<br>Einweisung in Kletter- und Sicherungstechniken<br>Gruppeneinteilung durch den:die Trainer:in vor Ort |
| 14:30 Uhr    | Klettern auf unterschiedlichen Elementen auf den<br>Süchtelner Höhen  |
| 16:30 Uhr    | Abschluss des Bausteins durch Reflexion<br>(siehe dein Handout)   |
| Im Anschluss | Abreise, Pause, Mittag- bzw. Abendessen und/oder<br>Übernachtung (siehe Buchungsoptionen)                             |

**\*ACHTUNG! EURE INDIVIDUELLEN ZEITEN ENTNEHMT IHR EURER BUCHUNG.**

Buchung: [www.niederrhein-aktiv.de](http://www.niederrhein-aktiv.de)



### Gruppenziele erreichen



- Zusammenhalt erleben/ Teamgeist entwickeln
- gemeinsame Erfahrung ermöglichen
- Verantwortung übernehmen
- Sicherheit erfahren und geben
- Verständnis füreinander fördern
- erkunden der eigenen Grenzen und ein freiwilliges Darüber hinausschauen ermöglichen
- aktive Herangehensweise an neue Herausforderungen fördern

### (individuelle) Kompetenzen aufbauen



- Vertrauen in andere entwickeln
- besser zuhören können und hilfreiches Kommunikationsverhalten erlernen (Kletterer/Sicherer)
- sich selbst reflektieren
- positives Selbstbild (Selbstwertgefühl) entwickeln
- Entwicklung von Empathie (Umgang mit Grenzen anderer)
- Rücksichtnahme lernen
- Motivation erleben und übertragen

### Zielgruppe



- Teilnehmer:innen ab 12 Jahren
- Vereine & Schulen
- besonders geeignet, wenn einzelne Teilnehmer:innen nicht Klettern möchten (Einsatz als sichernde Personen)

### Service



- Kletterelemente für verschiedene Zielgruppen
- Ausführliche Einweisung in Sicherungstechniken beim Klettern
- Miete des Kletterequipments
- Betreuung durch mindestens eine:n ausgebildete:n Trainer:in
- Reflexionsempfehlungen im Handout

### weitere Bausteine



- Übernachtung
- Catering
- Bustransfer

### Unser Tipp:



- Erlebnisausflug: GPS-Tour und Teamklettern
- Klassenfahrt Klettern: Monkey Trees, Kletterwald Niederrhein und Teamklettern
- Klassenfahrt: Survival Game, GPS Rallye und Teamklettern
- Trainingslager: GPS-Tour und Teamklettern