



Herzlich Willkommen

Die Sommerferien 2020 stehen bald vor der Tür, eine Zeit, in der ihr sicher gerne aktiv sein wollt und auch mal was Besonderes erleben möchtet. Vor allem, da wir uns die letzten Monate durch Corona sehr einschränken mussten. Auch die Boulderhalle Felsmeister musste lange geschlossen bleiben und viele haben drauf gewartet, wann endlich wieder geklettert werden kann. Ich habe die Schließungszeit dazu genutzt, für euch ein buntes Boulder- und Ferienprogramm zu gestalten. Nun ist der Felsmeister wieder geöffnet und ich freue mich über alle, die mit mir erlebnisreiche und kletteraktive Sommerferien im Felsmeister verbringen wollen.

Ich bin Nicole, Dipl. Sozialpädagogin und schon seit vielen Jahren als Erlebnispädagogin und Bouldertrainerin tätig. Viele von euch kennen mich vielleicht schon aus dem Felsmeister von Kindergeburtstagen, den Trainingsgruppen, aus den Ferienangeboten der letzten Jahre oder von den Boulderangeboten für die Schulen.

Damit ihr tolle Ferien erleben könnt, habe ich mir einiges Neues für dieses Jahr einfallen lassen. So gibt es dieses Jahr sogar Wochenangebote, wo euch neben dem Bouldern jeden Tag eine andere besondere Aktion erwartet. Aber auch beliebte Angebote aus den letzten Jahren, wie z.B. das Routenschrauben für Kids, sind wieder dabei. Alles wird angepasst an die neuen Hygiene- und Abstandsregeln, die nun auch im Felsmeister gelten. Auf das wir gesund bleiben und einen tollen Sommer erleben können. Ich wünsche euch viel Spaß beim Stöbern.

Kletter-Erlebnis-Woche für 8 bis 12-Jährige

Es erwarten euch fünf abwechslungsreiche Tage Kletterspaß und Bewegung mit Boulder- und Abenteuerspielen, freiem Bouldern und Zeit, eigene Kletterprojekte zu verfolgen, Rätselklettern, Hindernisparcours, Spaßolympiade und Schatzsuche. Damit ihr jedoch wisst, worauf ihr beim Bouldern und beim Bewegen in der Halle achten müsst, starten wir am Anfang erst einmal mit einem kleinen Sicherheitstraining. Danach werden sich dann das Bouldern und anderen Aktionen abwechseln, damit die Finger auch immer wieder eine Pause bekommen können. Gerne könnt ihr auch eigene Ideen mit einzubringen, damit ihr alle am Ende eine schöne Woche und tolle Klettererfolge hattet.

Preis: **129,- € pro Teilnehmenden inkl. Mwst.** (Maximal 12 Teilnehmer)

In den Kosten enthalten sind Halleneintritt, Betreuung und Materialkosten für das Programm. Nicht in den Kosten enthalten sind Verpflegung und Kletterschuhe. Kletterschuhe können für 1,- € pro Tag in der Halle geliehen werden.

1. Termin: **29.06. bis 03.07.2020**, tägl. von 9:00 bis 13:30 Uhr
2. Termin: **06.07. bis 10.07.2020**, tägl. von 9:00 bis 13:30 Uhr
3. Termin: **20.07. bis 24.07.2020**, tägl. von 9:00 bis 13:30 Uhr
4. Termin: **27.07. bis 31.07.2020**, tägl. von 9:00 bis 13:30 Uhr

Boulderspaß für 7 bis 9-Jährige

Ihr habt Lust das Klettern an den Boulderwänden mal auszuprobieren oder habt den Spaß am Bouldern schon längst für euch entdeckt und wollt endlich mal wieder an die Wand? Dann ist dieses Angebot genau das Richtige für euch. Euch erwartet eine bunte Mischung aus Boulderspielen und Zeit, die Kletterrouten der Halle auszuprobieren. Die Herausforderungen sind dabei ganz unterschiedlich, mal kann man fast wie auf einer Leiter nach oben klettern, mal braucht man Balance oder kann testen, wie gut man hangeln kann. Mal muss man sich lang machen und mal ganz klein, so kann jeder die passenden Herausforderungen für sich finden. Wenn die Finger dann nicht mehr können, könnt ihr euch auch an einem Hindernisparcours ausprobieren, den ihr mitgestalten könnt und an anderen Spielen.

Preis: **25,- €** pro Teilnehmenden inkl. MwSt. (Maximal 10 Teilnehmer)

In den Kosten enthalten sind Halleneintritt, Betreuung und Materialkosten für das Programm. Nicht in den Kosten enthalten sind Verpflegung und Kletterschuhe. Kletterschuhe können für 1,- € in der Halle geliehen werden.

1. Termin: Mi., 15.07.2020, 10:00 bis 13:30 Uhr
2. Termin: Do., 06.08.2020, 10:00 bis 13:30 Uhr

Boulderspaß für 10 bis 13-Jährige

Das Programm ist ähnlich aufgebaut, wie der Boulderspaß für die jüngeren Kids, aber angepasst auf euer Alter. Es kann jeder teilnehmen, egal ob ihr das Bouldern zum ersten Mal ausprobieren wollt oder das Bouldern schon zu eurem Hobby geworden ist. Nach einer Sicherheitseinweisung habt ihr die Möglichkeit, euch an den Bouldern der Halle auszuprobieren, euch Tipps zu holen und eigene Lösungen für die verschiedenen Kletterrouten zu finden. Außerdem könnt ihr auch untereinander kleine Wettbewerbe z.B. beim Limbo-Bouldern, Twister-Bouldern oder anderen Boulderaktionen starten oder euch einen Hindernisparcours gestalten und ausprobieren.

Preis: **25,- €** pro Teilnehmenden inkl. MwSt. (Maximal 12 Teilnehmer)

In den Kosten enthalten sind Halleneintritt, Betreuung und Materialkosten für das Programm. Nicht in den Kosten enthalten sind Verpflegung und Kletterschuhe. Kletterschuhe können für 1,- € in der Halle geliehen werden.

1. Termin: Di., 14.07.2020, 10:00 bis 13:30 Uhr
2. Termin: Di., 04.08.2020, 10:00 bis 13:30 Uhr

Rätselklettern für 8 bis 12-Jährige

Ihr habt Spaß an Rätseln und Quizz-Aufgaben? Außerdem wollt ihr gerne Bouldern? Bei diesem Programm kombinieren wir beides miteinander. In Teams von ca. 3 Kids könnt ihr euch in einem Boulder- und Rätselwettbewerb miteinander messen. Für jeden geschafften Boulder bekommt euer Team Punkte, außerdem erwarten euch am Top der Wettbewerbs-Boulder Quizz- und Rätselfragen, für deren richtige Lösung ihr weitere Punkte erhalten könnt. Wenn ihr Freunde habt, mit denen ihr ein Team bilden wollt, meldet euch gerne gemeinsam mit diesen an.

Preis: **25,- €** pro Teilnehmenden inkl. MwSt. (Maximal 12 Teilnehmer)

In den Kosten enthalten sind Halleneintritt, Betreuung und Materialkosten für das Programm. Nicht in den Kosten enthalten sind Verpflegung und Kletterschuhe. Kletterschuhe können für 1,- € in der Halle geliehen werden.

- Termin: Fr., 17.07.2020, 10:00 bis 13:30 Uhr

Technische Bouldertricks für 10-15-Jährige

Ihr seid schon einige Male geklettert und habt Lust, ein paar Tricks fürs Bouldern kennenzulernen? Bei diesem Programm zeige ich euch einige Bouldertechniken, die euch helfen verschiedene Kletterstellen in Bouldern besser klettern zu können oder Techniken, die euch helfen Kraft zu sparen, damit die Power bis zum Ende des Boulders reicht. Nach dem Probieren der Techniken an Übungsstellen könnt ihr direkt versuchen, sie auch in den Bouldern der Halle umzusetzen.

Preis: **25,- €** pro Teilnehmenden inkl. MwSt. (Maximal 10 Teilnehmer)

In den Kosten enthalten sind Halleneintritt, Betreuung und Materialkosten für das Programm. Nicht in den Kosten enthalten sind Verpflegung und Kletterschuhe. Kletterschuhe können für 1,- € in der Halle geliehen werden.

Termin: Do., 16.07.2020, 10:00 bis 13:30 Uhr

Routen schrauben für 10 bis 15- Jährige

Ihr seid schon häufiger gebouldert und habt Lust, euch auch mal selber Boulder Routen auszudenken und zu schrauben? Bei diesem Programm habt ihr die Möglichkeit dazu. Nach einer kleinen Einweisung ins Routenschrauben, könnt ihr euch in kleinen Teams selber Routen ausdenken und sie schrauben. Dann geht's ans Bouldern. Wir werden alle unsere neu geschraubten Routen testen und uns auch an den anderen Routen der Halle ausprobieren.

Preis: **25,- €** pro Teilnehmenden inkl. MwSt. (Maximal 12 Teilnehmer)

In den Kosten enthalten sind Halleneintritt, Betreuung und Materialkosten für das Programm. Nicht in den Kosten enthalten sind Verpflegung und Kletterschuhe. Kletterschuhe können für 1,- € in der Halle geliehen werden.

Termin: Fr., 07.08.2020, 10:00 bis 13:30 Uhr

Anmeldung

Wenn ihr am Ferienprogramm im Felsmeister teilnehmen wollt, müssen eure Eltern das Anmeldeformular zum Ferienprogramm ausfüllen, um euch verbindlich anzumelden. Das findet ihr unter www.felsmeister.de Alle Infos zur Anmeldung und die Teilnahmebedingungen sind dem Anmeldeformular beigelegt. Bei Fragen bin ich auch telefonisch unter 0151-52163320 oder per Mail unter info@erlebnis-und-gesundheit.de zu erreichen. Die Teilnehmerplätze sind begrenzt und werden in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben. Wartet daher am besten nicht zu lange. Ich freue mich über alle, die mit dabei sind.

Herzliche Grüße

Nicole Lühr