

### Wintertraining 3 Klettern!

Anlässlich unseres polysportiven Wintertrainings 3 haben wir uns gewagt, die Kletterwände des Rolling Rock in Aarau zu erklimmen. Dachten wir zu Beginn, dass unsere Armmuskulaturen durchs Kajakfahren gut durchtrainiert sind, wurden uns schon sehr bald die Grenzen aufgezeigt.



Basil studiert schon mal die Route, während er von unserem Instruktor gesicht

Doch zu unserer Beruhigung lernten wir, dass das Klettern nicht nur eine Kraftangelegenheit ist, sondern vor allem eine Frage der Technik. Wie oft haben wir doch schon einen Anfänger im Kajak belächelt, der schon nach kurzer Zeit müde Arme hatte. So lächelte nun auch unser Kletterinstruktor.

## Klettern, unser Wintertraining

Geschrieben von: Ivano

Mittwoch, den 16. November 2005 um 23:54 Uhr - Aktualisiert Donnerstag, den 24. November 2005 um 12:57 Uhr

---



Sämi auf dem Weg zum Gipfel. Unsere Motivation durchsteige



Basil und Marc am Trainieren.

## Klettern, unser Wintertraining

Geschrieben von: Ivano

Mittwoch, den 16. November 2005 um 23:54 Uhr - Aktualisiert Donnerstag, den 24. November 2005 um 12:57 Uhr

---

Auch unser Instruktor ging mal in die Luft, als Gere abrutsche, oder liess er sich absichtlich fallen? und mit seinem Fliegengewicht den Mann am Sicherungsseil nach oben riss.



Dani und Angi sind sich nicht am ausruhen, nein! Sie sind sich am konzentrie

Schon wurden neue Pläne geschmiedet und man kann davon ausgehen, dass wir diesen Winter nicht das letzte mal an der Kletterwand anzutreffen waren.

Danke noch an Angi für die blendende Idee und das Organisieren



## Klettern, unser Wintertraining

Geschrieben von: Ivano

Mittwoch, den 16. November 2005 um 23:54 Uhr - Aktualisiert Donnerstag, den 24. November 2005 um 12:57 Uhr

---

Angi und Bronski am erklimmen der Wand

