höhenfieber
berge. unter uns.

Kletterkurs Clean Climbing Pfalz

Sportklettern an Rissen und Türmen der Südpfalz

Neben gutem Wein ist die Pfalz bekannt für rote Sandsteintürme zwischen Kiefern und farbigen Laubbäumen. An den klassischen Linien im rauen Gestein schrieb schon Wolfgang Güllich Klettergeschichte. Die Risssysteme müssen zwingend selbst abgesichert werden. Nur in Wandklettereien finden wir fixes Hakenmaterial. Dieser besondere Stil lockt Kletterer von weither. Ein idealer Spielplatz, um den Erfahrungsschatz zu erweitern und Skills auch für alpine Tradrouten aufzubauen.

Technische Anforderungen Du hast bereits längere Erfahrung im Sportklettern sammeln können und du bist selbständig im Vorstieg im Klettergarten unterwegs. Dort steigst du Routen mit einer Schwierigkeit von 5c solide vor. Fädeln am Umlenker und Abseilen beherrschst du. Auch bei längeren Hakenabständen behältst du einen kühlen Kopf.

Kursinhalt Wir werden uns intensiv mit dem Legen mobiler Zwischensicherungen, dem Absichern von cleanen Routen und der taktischen Herangehensweise an diese beschäftigen. Wiederholend behandeln wir die Grundlagen, den Standplatzbau, das Fädeln und Abseilen. Weiterhin machen wir uns mit dem Kletterstil des Pfälzer Buntsandsteins vertraut und wollen lernen, selbst abgesicherte Routen an unserem persönlichen Limit zu klettern.

Kursziel Nach dem Aufbaukurs bist du in der Lage, selbstständig traditionell abgesicherte Einseillängen-Routen im cleanen Stil auszuwählen, dich darauf vorzubereiten und zu begehen.

1. Tag Treffpunkt in Basel. Gemeinsame Weiterreise in die Pfalz. Klettern und Ausbildung am Nachmittag.
2.-4. Tag Ausbildung, Training und Klettern gemäss dem Detailprogramm an den Pfälzer Sandstein-Türmen. Heimreise ab Basel am späten Nachmittag.

Anforderungen

Schwierigkeit: Halle: 6a, Fels: 5c, Vorstieg: ja, MSL: nein

Leistungen inbegriffen

- 3 Nächte im DZ mit DU/WC
- 3x Halbpension
- Fahrten im Gebiet
- Gruppenmaterial

Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise zum Treffpunkt und Heimreise
- nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Kosten für allfällige Transfers
- zusätzliche Leistungen in der Unterkunft
- Annullationskostenversicherung

Detailprogramm

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag

Wir treffen uns in Basel am Bahnhof. Gemeinsam fahren wir in knapp drei Stunden in die Pfalz nach Hinterweidenthal auf der Höhe von Karlsruhe. Etwas ausserhalb des kleinen Dorfes liegt der unsere komfortable Unterkunft, der Landgasthof am Teufelstisch. Idyllisch gelegen im Pfälzer Wald, unweit der Klettergebiete und mit einer ausgezeichneten Küche, ist dies der ideale Ausgangspunkt für unser Clean Climbing Abenteuer. Nachdem wir uns in der Unterkunft eingerichtet haben, starten wir mit dem ersten Ausbildungsblock am Fels.

2.-4. Tag

Täglich besuchen wir die umliegenden Klettergebiete und tasten uns Schritt für Schritt an die Materie Clean Climbing heran. Die Felsmassive, Türme und Wände aus rotem Bundsandstein liegen verstreut in den lieblichen Wäldern der Pfalz. Die farbigen Felsformationen sind nicht nur schön anzuschauen, sie bieten auch fantastische Kletterei. Die täglichen Fahrzeiten sind kurz und so bleibt viel Zeit, um das optimale Setzen von Klemmkeilen und Friends zu üben. Gecoached von unserem Bergführer lernst du neben der selbstständigen Absicherung auch die nötige Strategie, um deine ersten Routen clean zu begehen. Abends lassen wir uns im Hotel von den lokalen Spezialitäten überzeugen. Am Nachmittag, nach dem vierten Klettertag treten wir mit vielen neuen Erfahrungen die Heimreise an. Wir werden um ca. 18 Uhr in Basel am Bahnhof eintreffen.

Technische Anforderungen

Du hast bereits längere Erfahrung im Sportklettern sammeln können und du bist selbstständig im Vorstieg im Klettergarten unterwegs. Dort steigst du Routen mit einer Schwierigkeit von 5c solide vor. Fädeln am Umlenker und Abseilen beherrschst du. Auch bei etwas längeren Hakenabständen behältst du einen kühlen Kopf.

Kursinhalt

Wir werden uns intensiv mit dem Legen mobiler Zwischensicherungen, dem Absichern von cleanen Routen und der taktischen Herangehensweise an diese beschäftigen. Wiederholend behandeln wir die Grundlagen, den Standplatzbau, das Fädeln und Abseilen. Weiterhin machen wir uns mit dem Kletterstil des Pfälzer Buntsandsteins vertraut und wollen lernen, selbst abgesicherte Routen an unserem persönlichen Limit zu klettern.

Kursziel

Nach dem Aufbaukurs bist du in der Lage, selbständig traditionell abgesicherte Einseillängen-Routen im cleanen Stil auszuwählen, dich darauf vorzubereiten und zu begehen.

Unterkunft

Das Hotel am Teufelstisch liegt mitten im Wald zu Füssen des Sagenumwobenen Naturwunders «Teufelstisch». Wir lassen uns im gutbürgerlichen Landgasthof von saisonaler und regionaler Küche verwöhnen und gelangen gut gestärkt in wenigen Fahrminuten zu den Felsen. Am Ende des Tages wartet die Sonnenterrasse mit grosser Kuchenauswahl auf uns.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 08:32 Uhr in Basel vor dem Migros Florissimo Blumengeschäft. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillett

Von deinem Wohnort nach Basel und zurück. Gemeinsame Weiterreise mit Privat-Kleinbus.

Reise Südpfalz - retour

Wir organisieren die Weiterreise ab Treffpunkt in Basel zum Klettergebiet und zurück mit einem Mietbus oder Privatfahzeugen.

Zusatzkosten

Die Fahrkostenbeteiligung für die Fahrt von Basel in die Südpfalz und zurück inklusive Benzin beträgt CHF 120.00. Aus organisatorischen Gründen bitten wir dich, den Betrag Bar für den Bergführer bereitzuhalten.

Sicherungsgerät

Wir empfehlen an unseren Kursen einen unterstützten Tuber (zum Beispiel Mammut Smart, Edelrid Jul oder MegaJul, Climbing Technology ClickUp) oder einen Halbautomaten (z.B. Petzl Grigri) zu verwenden.

Durchführung

Wir informieren dich wie folgt über die Durchführung: bei Wochenendtouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 11 Uhr) und bei Mehrtagestouren 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr). Wir senden dir dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an deine Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Member-Bereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Ausrüstung

Bekleidung

- Soft Shell oder Fleecejacke
- Ersatzunterwäsche
- Kletterhose, T-Shirt und Pulli
- Leichte Regenjacke, ev. Regenhose

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- evtl. Rucksack mit Hüftgurt (20-30l) zum Klettern
- Sonnenbrille
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Identitätskarte/Personalausweis
- Bargeld in Euro
- Ev. Fotoapparat
- Etwas Bargeld für Getränke
- Heftpflaster und Compeed
- Leichter Zustiegschuh (kein Bergschuh nötig)

Technische Ausrüstung

- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Kletterset (1 HMS Karabiner, Sicherungs-/Abseilgerät, 1 Set à 6 Expressen, Bandschlingen 60cm, Standschlinge, Prusikschlinge, Magnesiumbeutel)
- Helm
- Klemmkeile und Friends, falls vorhanden
- Kletterschuhe (eng aber bequem)
- weiteres Klettermaterial wenn vorhanden

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit der Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. Auf den meisten Hütten kann zusätzliche Zwischenverpflegung gekauft werden.
- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.

Übernachtung im Hotel

- Bekleidung für den Hotelaufenthalt
- Bequeme Schuhe für den Hotelaufenthalt
- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen.

- Helm, CHF 25.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern), CHF 30.00

- Kletterset, CHF 25.00

Kontakt

Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!

Telefon: +41 32 361 18 18
E-Mail: info@hoehenfieber.ch
Homepage: https://www.hoehenfieber.ch/

Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09:00–12:00 Uhr
13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Allgemeine Geschäftsbedingungen: https://www.hoehenfieber.ch/AGB
Druckdatum: 15.08.2025 23:53