

Kletterkurs PLUS – Improvisierte Rettungsmanöver am Fels

Kursleitung: Dr. med. Corinna Schön

Bergführer: Patrick Röthlin

Möchtest du neben deinen klettertechnischen Fähigkeiten dein technisches Knowhow am Fels erweitern? Wir möchten deine «Trickkiste» mit verschiedenen Seilmanövern für die improvisierte Rettung ergänzen, damit du unvorhergesehene Probleme auch mit einfachen Mitteln lösen kannst.

Kursinhalt:

Theorie: Trainingslehre, Prävention und Rehabilitation beim Sportklettern, Suspension Syndrome, Sturzangst

Praxis: Knotenkunde, Sicherungstechnik/Anwendung verschiedener Sicherungsgeräte, improvisierte Rettungstechniken am Fels (Lastübergabe, Seilverlängerung, Abseilen über Knoten, Selbstaufstieg am Seil, Hochziehen des Nachsteigers mit Flaschenzug, Ablassen eines/Abseilen mit einem Verletzten).

Termin:

13. – 16.06.2026

Kursort:

Toggenburg

Zielpublikum:

Ärzte sowie Personal aus dem medizinischen Bereich. Aber auch andere Teilnehmer mit Interesse an diesem Thema sind herzlich willkommen!

Klettererfahrung draussen muss mitgebracht werden! (Kletterniveau draussen mind. 5a)

Mindestteilnehmerzahl:

8

Kosten:

CHF 1390.- (SGGM-Mitglieder)

CHF 1450.- (alle anderen)

Info:

Dr. med. Corinna Schön, corinnaschoen@gmx.de

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt online über das [Anmeldeformular](#). Die Kursadministration erfolgt über das Sekretariat der SGGM, wobei deren [Allgemeine Geschäftsbedingungen](#) verbindlich sind.

Bei der Anmeldung bitte das Kletterniveau angeben (wichtig für die Planung des Praxisteils)!

Anmeldeschluss: 15.05.2026