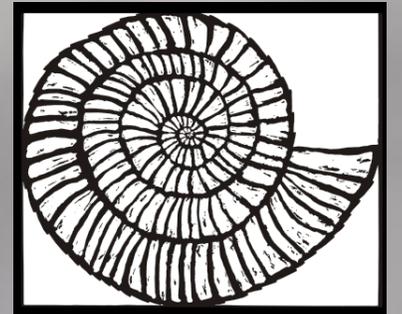
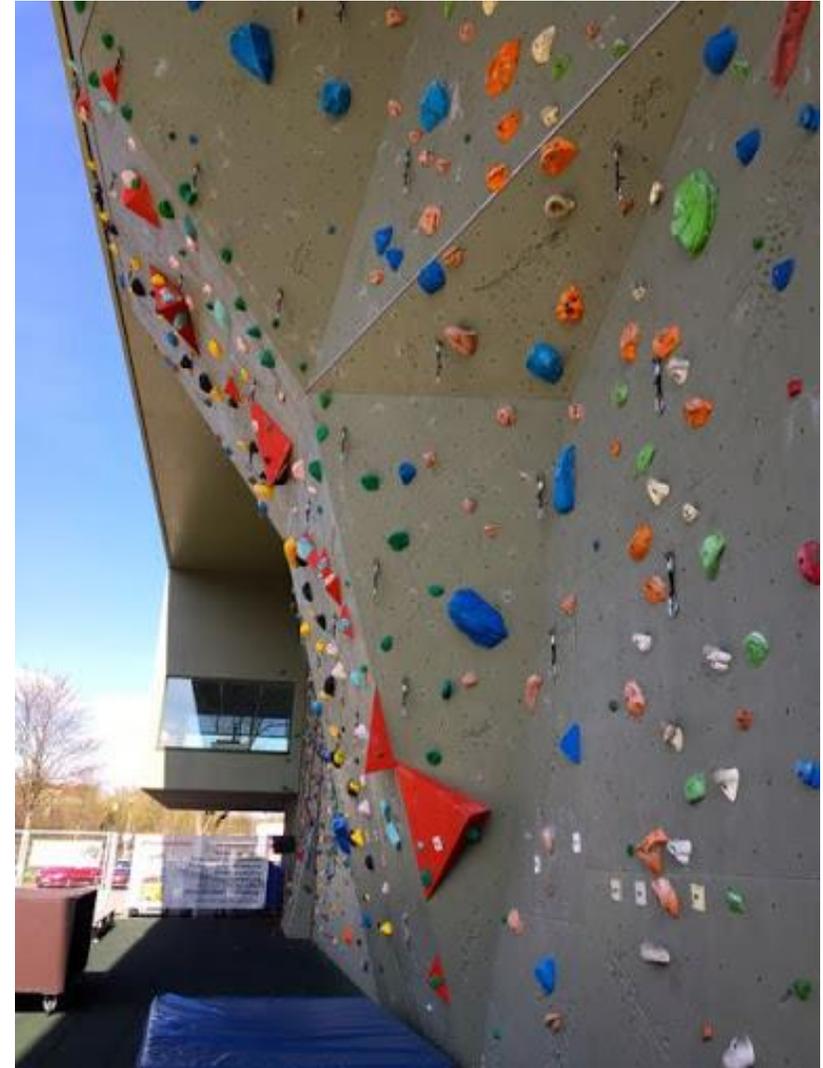


# Kletter-AG





- Die Kletter-AG findet jeden Freitag von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr an der Kletterwand der Paul Horn Arena in Tübingen statt. Die Wand ist von Ostern bis Ende Oktober geöffnet.
- In der Winterpause gibt es 4-5 Klettertermine in der Kletterhalle in Reutlingen.



# Kletterhalle Reutlingen





Das Klettern gehört zu den grundlegenden Bewegungsformen des Menschen. Bereits vom Kleinstkind Alter an sind Kletterbewegungen für die Exploration der Umwelt sowie das Sammeln von Körpererfahrungen – und folglich für die Bewältigung verschiedenster Entwicklungsaufgaben – von fundamentaler Bedeutung.

So bietet Klettern vielfältige Erfahrungs- und Lernaspekte.

1. Erfahren und Einschätzen von eigenen Grenzen, lernen mit Ängsten umzugehen
2. Selbstwahrnehmung und Selbstbewusstsein stärken
3. Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Koordination
4. Geduldig und Ausdauern sein lohnt sich
5. Förderung von Fertigkeiten zur Problemlösung und Entwicklung von Handlungskompetenzen
6. Verantwortung für sich und andere zu übernehmen
7. Klettern nicht nur als "Trendsportart" an einer künstlichen Wand kennen zu lernen, sondern als Natursportart
8. Gegenseitig helfen und unterstützen
9. Erlernen des selbständigen Kletterns im Vor- und Nachstieg mit allen seinen Techniken



- 
- Ganz bewusst haben wir immer wieder Schülerinnen/Schüler in unsere AG aufgenommen, die in ihrer Klasse einen schwierigen Stand haben. Hier können sie in einem geschützten Rahmen Selbstbewusstsein entwickeln und dies mit in ihren Schulalltag nehmen. Hiermit haben wir bis jetzt gute Erfahrungen gemacht.
  - Klettern wird aber nicht nur in der AG angeboten, sondern wir bieten auch Klassen die Möglichkeiten ihre Wandertage an der Kletterwand zu verbringen. Auch Sportgruppen haben die Möglichkeit klettern zu gehen.
  - In Form von Kistenklettern oder Abseilen unterstützt die Kletter-AG die Schule auch am Tag der offenen Tür.





- 
- Wir haben aktuell ca. 20 aktive Schülerinnen und Schüler von Klasse 5 bis J2 in der AG. Dieses Miteinander von Schülern aus allen Klassenstufen ist ein wichtiger Aspekt unserer AG. Jeder ist für jeden da. So ist diese Gemeinschaft ein weiterer und auch ganz besonderer Bestandteil unserer AG. So kommen auch heute noch immer wieder Schüler/innen in der AG vorbei, die schon vor einigen Jahren ihr Abitur gemacht haben.



- Alle 2 Jahre machen wir eine mehrtägige Exkursion



Donautal 2011



Tessin 2016



# Kletter-Exkursion ins Französische Jura 2017



Ich selbst habe über 30 Jahren Klettererfahrung  
und habe auch eine Qualifikation, die mir Erlaubt  
mit Schülern zu Klettern.

Fragen?

Melden Sie sich: [jochanan.huettenmeister@quenstedt-gymnasium.de](mailto:jochanan.huettenmeister@quenstedt-gymnasium.de)

