

kletter

werkstatt



Unser Angebot

Die Kletter-Werkstatt ist mehr als eine Kletterschule.

Bei uns bekommst du exklusive Train the Trainer- Schulungen und individuelle Klettertrainings an Stelle von Standardkursen.

Train the Trainer

Individuelle Schulungen
für mehr Qualität in eurer Halle!



Train the Trainer ist ein Konzept von Trainer*Innen-Schulungen, das wir speziell für die Fort- und Weiterbildung von Trainer*Innen im Boulder- und Kletterbereich entwickelt haben.

Wir erarbeiten die für euch relevanten Kursinhalte auf eure Halle zugeschnitten mit der für euch benötigten Intensität - von 4 Stunden Workshops bis hin zu Mehr-Tagesschulungen.

Unser Anliegen ist es, dass eure Trainer*Innen nach der Schulung noch gezielter und individueller auf die Anliegen eurer Kundschaft eingehen können.

Mögliche Schulungsinhalte



- Mentale Aspekte beim Klettern
- Sicherungs- & Sturztraining mit Spaß vermitteln
- Kletterspezifisches Coaching: gezielte Beobachtung der kletternden Person und die anschließende wertschätzende Rückmeldung
- Technik- und Taktikvermittlung (im Gruppensetting)
- Trainingsplanung – & Strukturierung
- Einführung in das Kraft – & Athletiktraining, Ausgleichsübungen
- Sicher und gesund Bouldern – Aufwärmen, Abwärmen, Dehnen und Abspringen
- Kommunikationstraining im Einzelsetting & in der Gruppe: wertschätzende und hilfreiche Kommunikation
- Kundenumgang - wie motiviert man richtig?
- Gruppenspiele und Teambuilding

Ganzheitlich trainieren



Bei unseren Workshops und Schulungen berücksichtigen wir, dass jede Person anders ist und verschiedene Voraussetzungen mitbringt.

Wir gestalten unsere Workshops individuell abgestimmt auf eure Halle, eure Bedürfnisse und eure Kundschaft.



Workshops für eure Kundschaft

Wir kommen mit maßgeschneiderten Workshops direkt zu euch in die Halle



Aktuell beliebte Workshops:

- Mentales Training Tagesworkshop
- Ich habe Schulter?! –
Gesunder Umgang mit Einschränkungen im Schulterbereich
- Trainingsplanerstellung im Kletter- und Bouldersport
- Women Only – Mental & Technik Tages- oder Wochenendworkshop

Unsere Preisstruktur



Train the Trainer

Stundensatz pro Trainer*in mit der Qualifikation Train the Trainer bei max. 6 Personen und min. 4 Stunden: 165,- Euro zzgl. MwSt.

inkl. aller Vor- & Nachbereitung

Individueller Workshop für eure Kundschaft

Pro Trainer*in mit jeweiliger Qualifikation bei min 4 Personen und max. 6 Personen: 195,- Euro inkl. MwSt für 6 Stunden Workshop

inkl. aller Vor- & Nachbereitung – Buchung über unser System

Alle Preise sind gültig bis 31.05.2024.

Alle Preise zzgl. Fahrtkosten (50 cent pro km oder Bahnticket) und ggf. Übernachtung im 3* Hotel

Nutzung des Seminarraumes und der jeweiligen Ausstattung (Beamer, Flipchart, Papier)



Geschäftsführung:

Melanie Michalski • www.kletter-werkstatt.de • info@kletter-werkstatt.de

Über uns:

Melanie Michalski: Psychologin, Mentaltrainerin, DAV Bundeslehrteam, VDBS Lehrteam

Hans Hocke: Bergführer UIAGM, systemischer Coach, DAV Bundeslehrteam

Andreas Hofmann: Sportwissenschaftler, ehem. Bundes- und Landestrainer, DAV Bundeslehrteam, VDBS Lehrteam

Christoph Gotschke: Bergführer, ehem. Trainer Expeditionskader, DAV Bundeslehrteam, VDBS Lehrteam

Lealies Schober: Sozialpädagogin, Mentaltrainerin, Erlebnispädagogin, Trainerin C Sportklettern

Lena Herrmann: Sportökonomin, Trainerin C Leistungssport, Wettkampfkletterin, Leitung Leistungskader DAV Bayreuth

Friederike Petri: Sportökonomin, Mentaltrainerin, Erlebnispädagogin,