

Unsere Indoor-Kletterkurse

In der Halle die Grundlage schaffen und üben, um dann fit für den Fels zu sein. Das geht bestens in unseren Kletter- und Boulderhallen. Lerne mit uns die Basics oder verbessere deine Technik. Neben den hier vorgestellten Angeboten in Stuttgart bieten unsere Bezirksgruppen Kletter- und Bouldertruffs und teilweise Kurse in Aalen, Böblingen, Calw, Ellwangen, Esslingen, Kirchheim, Laichingen, Nürtingen und Rems-Murr an. Für Kinder und Jugendliche gibt es eigene Gruppen!



Schnupperkurs Klettern

Auch wer den Unterschied zwischen Topo und Toprope nicht kennt, ist hier herzlich willkommen. Ihr probiert das Bouldern und Klettern im Toprope – heißt: mit Seilsicherung von oben über Umlenkkarabiner. Alle Schnupperkurse, auch die für Kinder ab 5, finden im DAV Kletter- und Boulderzentrum rockerei statt. Dauer: 2 Std.

Grundkurs Toprope

Knotentechnik, Einbinden, Sichern, Ablassen, Partnercheck, Seilkommandos: Das ist Teil 1 des Kurses. In Teil 2 klettert ihr eigenständig in 3er-Gruppen, wenn's läuft, in 2er-Seilschaften, und wenn alles passt, habt ihr am Ende den DAV-Kletterschein. Dauer: 2 x 5 Std. oder 3 x 3 Std. (wöchentlich)

Aufbaukurs Vorstieg

Nach dem Toprope kommt der Reiz des Vorstiegs – ohne Seilsicherung von oben. Was es dazu braucht, erlernt ihr in unserem Aufbaukurs. Dauer: 2 x 5 Std. (zweiwöchentlich)

Technikkurs

Du kannst es, kommst aber partout nicht weiter mit deiner Kletterleistung? Da hilft nur systematisches Training. In Kleingruppen fokussieren wir uns auf spezielle Techniken. Dauer: 6 Std.

Sicherungs-Update

Hier schulen wir die Handhabung aktueller Sicherungsgeräte. Dazu kommen Falltests, Sturztrainings, bodennahes Sichern und Infos zum Sichern bei Gewichtsunterschied. Dauer: 2 Std.

Alle Infos und Termine unserer Kletter- und Boulderkurse findet ihr direkt auf unserer Webseite unter:
 → alpenverein-schwaben.de/kletternindoor
 → alpenverein-schwaben.de/bouldern

Eltern sichern ihre Kinder

Für Mamas und Papas mit kletterbegeisterten Kindern ab 6. Wir zeigen, wie ihr die Kleinen zuverlässig sichert. An Tag eins noch ohne die Kids, damit die Techniken konzentriert erlernt werden können. An Tag zwei sind die Hauptdarsteller dabei und dürfen sich an der Wand austoben, während ihr sie unter Anleitung unserer Trainer*innen sichert. Dauer: 2 x 3 Std.



Ferienklettercamps

Ihr seid zwischen 7 und 13 Jahren, habt Ferien und Lust aufs Klettern und Bouldern: tipptopp! Mit viel Spaß werdet ihr mit unseren ausgebildeten Trainer*innen alles in der Halle erleben. Ein warmes Mittagessen, Getränke und Obst stellen wir zur Verfügung. Wir freuen uns auf euch!

Alle Kurse finden im DAV Kletter- und Boulderzentrum rockerei in S-Zuffenhausen oder im DAV Kletterzentrum Stuttgart auf der Waldau in S-Degerloch statt. alpenverein-schwaben.de/klettern

Unsere Indoor-Boulderkurse



Wer nicht ganz so hoch hinaus möchte, kommt zum Bouldern vorbei. Unsere Grund- und Aufbaukurse helfen, Sicherheit zu gewinnen und immer kniffligere Routen zu erobern.

Bouldern Grundkurs

Das Gute am Bouldern: Du kannst ohne Vorkenntnisse direkt loslegen, Tritt- und Grifftechniken ausprobieren, erste Traversen bouldern. Mit den richtigen Tipps zu Handhaltung, Finger- und Fußstellung, Körperspannung und Bewegungsabläufen, geht es allerdings gleich viel besser. Dauer: 2 Std.

Bouldern Aufbaukurs

Wie schwerelos durch steilste Überhänge klettern. Hooken, springen, kleinste Griffe halten: Das ist Bouldern! Und Inhalt dieses Kurses. Dauer: 3 Std.

Reinschnuppern
 Grundlagen festigen
 Technik aufbauen
 Touren gehen
 —
 Gemeinsam oben.



Sektion Schwaben

Kurse & Touren im Sommer & Herbst 2025

Nr. 1
 für den Bergsport in Stuttgart, Schwaben und der Region



Dein nächstes Outdoor-Erlebnis wartet schon auf dich:

Abenteuer Draußensein

Begeisterung, Weiterkommen, Vertrauen.

In kleinen Gruppen das Abenteuer Berge auf naturverträgliche Weise erwandern, erklettern, erfahren – darauf kommt es uns an. Unsere professionell geschulten Trainer*innen und Fachübungsleiter*innen wissen, was sie tun und zeigen dir, wie du dich allein oder in der Gruppe in den Bergen bewegst.

Und dann geht es los: Sich als Teil der Natur begreifen, alle Sinne auf Empfang. Keine Termine, keine Mails, keine To-do-Listen: Der Berg ruft immer lauter.

Auszug Kursprogramm



Foto: Wolfgang Ehn

Ausführliche Informationen, Teilnahmebedingungen und das Formular zur Anmeldung findest du direkt auf unserer Webseite unter:
→ alpenverein-schwaben.de

Bergwandern

Grundkurse	
19.–22.06.2025	Tannheimer Berge
20.–22.06.2025	Kleinwalsertal
18.–20.07.2025	Lechtaler Alpen

Touren	
29.03.2025	Galgenberg und Kaltes Feld
11.05.2025	Geislinger Alb
24.05.2025	Lichtenstein, Schönbergturm
07.–09.06.2025	Tannheimer Berge
14.–15.06.2025	Nagelfluhkette : 2 Tage, 12 Gipfel
15.06.2025	Von Oberkochen nach Aalen
28.–29.06.2025	Gipfelrunde Kleinwalsertal
05.07.2025	Nordschwarzwald
26.–27.07.2025	Nagelfluhkette
15.–17.08.2025	Gletscherblicke Schweiz
16.–17.08.2025	Rund um die Schwarzwasserhütte
24.–30.08.2025	Hüttentour Allgäu
11.–15.09.2025	Inntaler Höhenweg
21.09.2025	Schwäbische Alb
26.–28.09.2025	Herbst im Mangfallgebirge
26.–28.09.2025	Naturkundliche Wanderungen

Bergsteigen

Grundkurse	
23.–24.05.2025	Behelfsmäßige Bergrettung
13.–19.07.2025	Alpiner Basiskurs Urner Alpen

Entschleunigung

06.04.2025	Entspannung & Wandern
10.10.2025	Traumwanderung Aichelberg
12.–15.06.2025	Entschleunigung Ötztaler Alpen

Klettersteig

Grundkurse	
24.–25.05.2025	Tannheimer Tal
28.05.–01.06.2025	Brenta Dolomiten
07.–10.06.2025	Ötztal
28.06.–01.07.2025	Ötztal
10.–15.08.2025	Grindelwald
14.–17.08.2025	Glarner Alpen

Touren	
26.–27.07.2025	Mittelschwere Klettersteige, Montafon
05.–10.09.2025	Via delle Bochette
26.–27.09.2025	Allgäu

Hochtouren

Grundkurse	
18.–22.06.2025	Silvretta, Galtür
22.–27.06.2025	Silvretta, Galtür
29.06.–04.07.2025	Silvretta, Gaschurn
02. und 09.07.2025	After work Technikkurs
06.–12.07.2025	Ötztal
27.07.–01.08.2025	Silvretta, Gaschurn
01.–05.08.2025	Silvretta, Galtür
02.08.–07.08.2025	Silvretta, Gaschurn
08.–12.08.2025	Silvretta, Galtür
29.08.–01.09.2025	Stubai Alpen

Touren	
15.–21.06.2025	Kröntenhütte
24.–26.07.2025	Similaun (3.606 m)
12.–14.07.2025	Olperer (3.476 m)
13.–16.07.2025	Hohe Tauern
18.–20.07.2025	Weißkugel (3.738 m)
19.–20.07.2025	Hochvernagtspitze (3.539 m)
02.–03.08.2025	Gsallkopf (3.278 m)
10.–16.08.2025	Silvretta Runde
05.–08.09.2025	Stubai: Gipfel & Grate

Alpinklettern

Grundkurse	
19.–22.06.2025	Lechtaler Alpen
25.–29.07.2025	Stubai Alpen

Aufbaukurse	
26.–28.04.2025	Donautal
01.–04.05.2025	Plaisirouten im Maggiatal
18.–22.06.2025	Lechquellengebirge
13.–17.07.2025	Rosengarten (Dolomiten)

Touren	
24.–31.05.2025	Aostatal
14.–28.06.2025	Annecy (F)
03.–06.07.2025	Grimselgranit (CH)
02.–09.08.2025	Dolomiten
11.–18.10.2025	Piemont bei Turin (I)
01.–08.11.2025	Gardasee (I)



Klettersteig indoor

Bevor es draußen richtig zur Sache geht, möchtest du lieber drinnen in Ruhe die richtige Technik lernen und üben? Tipps und Tricks vom Trainer inklusive! Kurse sind ab zwei Personen individuell buchbar:

→ alpenverein-schwaben.de/klettersteig-indoor

Sportklettern

Grundkurse	
11.–13.04.2025	Schwäbische Alb
10.–11.05.2025	Schwäbische Alb
04.–06.07.2025	Ostalb
01.–03.08.2025	Klettergarten + Lenninger Alb
29.–31.08.2025	Frankenjura

Aufbaukurse	
12.–13.04.2025	Mobile Sicherungen, Alb
30.04.–04.05.2025	Plaisir im Gneis und Granit
28.05.–01.06.2025	MSL Schweizer Jura Kalk
06.–09.06.2025	MSL Donautal
18.–22.06.2025	Elbsandstein
05.–06.07.2025	Mobile Sicherungen

Bouldern outdoor

Touren	
15.–17.08.2025	Silvapark, Paznaun

Mountainbike

Fahrtechnikkurse für Anfänger*innen	
20.03.2025	Gravel Fahrtechnik
26.–27.04.2025	Grund- und Aufbaukurs
29.04.–20.05.2025	After-Work-MTB-Kurs am Di.
25.05.2025	MTB Fahrtechnik

Fahrtechnikkurse für Fortgeschrittene	
23.02.–16.03.2025	Winter-Training, sonntags
04.06.2025	Springen und Droppen
10.–11.05.2025	MTB Fahrtechnik

Touren	
30.03.2025	AusdauerTour Pfalz
02.–04.05.2025	Pfalz: MTB & Yoga für Frauen
10.–13.07.2025	Flow & Enduro Reschensee
17.–20.07.2025	Trail Tales Davos
19.–25.07.2025	Alpen für Fortgeschrittene
27.–28.09.2025	Hütten Trail Tour Allgäu

Hier findest du uns:



Sektion Schwaben

Servicestelle im
AlpinZentrum auf der Waldau
Georgiiweg 5
70597 Stuttgart
0711 769 636-6
info@alpenverein-schwaben.de

Servicestelle im
Globetrotter Stuttgart (EG)
Tübinger Straße 11
70178 Stuttgart
0711 769 636-88
service@alpenverein-schwaben.de

www.alpenverein-schwaben.de



Gemeinsam
oben.