Therapeutisches Klettern

Selbstbewusstsein
Erfolgserlebnis
Körperwahrnehmung

Ziel ist es, durch das steigende Vertrauen in sich selbst, die Selbstwirksamkeit kontinuierlich aufzubauen und mit Widerständen erfolgreicher umzugehen.

Trainingsinhalte
Klettern setzt bei der Freude am Tun an. Bewegung präzise, kontrolliert und bewusst zu machen, verbessert die Qualität von Körper- und Denkbewegungen und die Impulskontrolle. Klettern braucht Mut um Ängste zu überwinden und fördert die Autonomie und Achtsamkeit.

Zielgruppe
Kinder und Jugendliche zwischen 4 bis 18 Jahren (altershomogene Kleingruppe mit 4-6 Teilnehmer:innen). Einzeltraining ist nach Absprache möglich

Struktur
Gruppe Mini: Alter von 4 bis 6 Jahren, 10 Treffen á 75Min.
Gruppe Kinder: Alter von 6 bis 10 Jahren, 10 Treffen á 90Min.
Gruppe Jugendliche: Alter von 11 bis 16 Jahren, 10 Treffen á 90Min.
Einzeltraining, Alter von 4 bis 16 Jahren, 7 Treffen á 60Min.

Termine
Kleingruppen starten je nach Anmeldungen mehrmals im Jahr. Siehe Termine auf *www.vsg.or.at*
Einzeltraining nach Terminvereinbarung.

Kosten
Gruppe Mini: 943,- ohne Ust. + 50,- Leihmaterial und Eintritt
Gruppe Kinder: 1031,- ohne Ust. + 50,- Leihmaterial und Eintritt
Gruppe Jugendliche: 1031,- ohne Ust. + 50,- Leihmaterial und Eintritt
Einzelklettern: 914,- ohne Ust. + 35,- Leihmaterial und Eintritt

Ort
Kletterhalle Auwiesen
Auwiesenstr. 202, 4030 Linz

Kletterhalle Urfahr „Am Turm“
Julius-Raab- Str. 4, 4040 Linz

Ansprechpersonen
Birgitta Weishäupl - Sozialarbeiterin VSG MOVE
0699/1040 8532, birgitta.weishaeupl@vsg.or.at

Christoph Schatz - Leitung VSG MOVE
0699/10406140, christoph.schatz@vsg.or.at

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

2023/04