

KRAFTWERK - die Boulderhalle im Allgäu

OBACHT!

Bouldern - Tipps und Regeln

Auch beim Bouldern gibt es ein paar Dinge zu beachten, damit es allen Spass macht und möglichst sicher ist. Bitte mach Dich mit den Tipps und Regeln vertraut und halte sie ein, ist gar nicht schwer!

1. Gewöhn´ Dich langsam an die Höhe!

So ein richtiger Boulder ist ganz schön hoch! Wann bist du das letzte Mal aus 4 Metern abgesprungen? Es macht durchaus Sinn sich langsam an die hohen Boulder zu gewöhnen und vielleicht auch lieber mal abzuklettern. Unsichere Moves hoch oben wollen gut überlegt sein! Es gibt Bereiche, wo du die Boulder aussteigen kannst und Bereich wo das nicht geht, prüf´ das bitte vorher. Ein Falltraining ist eine super Sache, frag´ doch mal nach... !

2. Augen auf!

Wenn du boulderst oder über die Matte läufst, versichere dich, ob nicht jemand über dir klettert! Er hat Vorfahrt und kann nicht auf dich achten! Besonders in Überhängen übersieht man das leicht. Genauso solltest du aber vor dem Abspringen mal checken, ob deine Landung frei ist... .

3. Die Boulderplatte ist keine Liegewiese oder Müllplatz!

Klar, die Boulderplatte lädt ein bisschen dazu ein, aber: bitte nicht in den Absprungbereichen herumlungern. Gerade wenn viel los ist, ist das gefährlich und stört die Anderen. Auch Flaschen oder Essen haben da nix verloren... .

4. Spotten vielleicht, Aufeinander achten auf jeden Fall!

Man sieht es ja sogar beim Seilklettern, aber mal ehrlich: Spotten, ohne es wirklich zu können, bringt herzlich wenig. Das heißt: zeigen lassen, üben und dann situativ sinnvoll einsetzen! Auf jeden Fall sinnvoll ist aber, sich umeinander zu kümmern, mal andere auf den Boulderer aufmerksam zu machen, Tipps geben etc. !

4. Eltern haften für ihre Kinder...

Sonst verhaften wir die Eltern! Nein, im Ernst, unbeaufsichtigte Kinder haben im Boulderbereich nichts verloren, das ist saugefährlich und störend. Die Kids sollen ja bouldern, aber bitte habt ein Auge darauf, das sie nicht sich und andere gefährden! Übrigens, die obere Wand ist niedriger und die Matte weicher... .

5. Zum Rumrennen geht Ihr an die frische Luft!

Bitte seid vernünftig, zum Rumrennen geht ihr raus! Das kann beim Bouldern keiner brauchen. Und zum Klettern haben wir die Boulderwände, Geländer, Treppen, Möbel etc. sind tabu!

6. Respekt, Rücksicht und vernünftiges Miteinander!

... versteht sich von selber!

7. Aufwärmen, Obacht geben und rechtzeitig aufhören

Klingt ein bisschen wie mahnende Worte von der Oma, stimmt aber!

8. Grade, Farben, Definitionen...

Lasst Euch von sowas den Spass nicht verderben, das dient der Orientierung, als sportlicher Anreiz, ... aber viel wichtiger ist der gemeinsame Spass am Bouldern. Bewertungen sind beim Bouldern wirklich keine genaue Wissenschaft!