

KLETTERN LERNEN



Powered by WIKI

Kursprogramm Erwachsene Frühling 2026

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene.
Lerne die richtigen **Kletter- und Seiltechniken**.

Anmeldung

Über unsere Online-Buchungsplattform kannst du alle unsere aktuellen Kurse durchsuchen und buchen. Unser Kassateam berät dich gerne bei Fragen.

c-a-c.at/angebote/kurs-buchen/



QR-Code scannen und
Kurs direkt buchen!

AGB

Du findest unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen auf unserer Homepage.

c-a-c.at/agb/

Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten



SCHNUPPERKLETTERN

Lerne das CAC kennen! Du erhältst eine Einschulung für die Selbstsicherungsgeräte, übst die Klettertechnik im Boulderbereich und drehst eine Runde am Skywalk.

15. März	Sonntag, 9:30 Uhr	1 Einheit à 90 min
19. Apr.		€ 35,-

SKYWALK/ABSEILEN

Unser Skywalk befindet sich an der Hallendecke des CAC in 15 m Höhe. Auf 40 m finden sich verschiedene Elemente, die zu bewältigen sind.

29. März	Sonntag, 15:30 – 16:30 Uhr	1 Einheit à 1 h
17. Mai		€ 20,-

PRIVATSTUNDEN

Du hast auch die Möglichkeit, dir eine:n Privattrainer:in für von dir gewünschte Kursinhalte zu buchen: Von Klettertechnik über dynamisch Sichern und Sturztraining bis Taktik beim Seilklettern stehen dir hier alle Möglichkeiten offen.

1 Person	€ 70,-	3 Personen	€ 80,-
2 Personen	€ 70,-	4 Personen	€ 90,-

Preise beziehen sich auf die erste Stunde einer Einheit. Jede weitere Stunde kostet nur € 50,-.

Eintritte und Leihhausrüstung sind inkludiert. Für größere Gruppen können wir dir gerne ein individuelles Angebot zukommen lassen.

ELTERN-KIND KURSE

Bei diesem Kurs lernen Eltern, ihre Kinder in einer Einheit von 2 h im Top-Rope zu sichern. Buchbar ist dieser Kurs für mindestens 1 Elternteil und 1 Kind, es können aber weitere Elternteile oder auch Kinder separat dazugebucht werden.

Die Kinder werden bei diesem Kurs teilweise eigenständig betreut, teilweise klettern sie mit ihren Eltern.

12. Apr.	Sonntag, 9:30 Uhr	1 Einheit à 2 h
09. Mai	Samstag, 9:30 Uhr	€ 60,-

KLETTERSTEIGKURSE



Der Schnupperkurs Klettersteig ist für alle erwachsenen Klettersteig Einsteiger:innen gedacht. In der dreistündigen Einheit geht es um das Erlernen der richtigen Klettertechnik, die richtige Einhängetechnik, Materialkunde, Sturzphysik und natürlich viel Klettern auf unserem Lieslsteig!

11. Apr.	Samstag, 9:30 Uhr	1 Einheit à 2 h
10. Mai	Sonntag, 9:30 Uhr	€ 45,- (€ 35,- Abo)

WOCHENKURSE

Seilklettern und Bouldern

Bei unseren Wochenkursen Seilklettern und Bouldern wird jeweils ca. eine halbe Stunde beim Bouldern verbracht, um die Klettertechnik zu lernen. Die restliche Zeit wird mit dem Seil gearbeitet.

Ziel des sechswöchigen Kurses ist das Erlernen des Vorstiegskletterns und -sicherns.

Weiterführende Kurse findest du im Block „Wochen-kurse Advanced“.

Beginner allgemein

Diese Kurse sind für alle Kletteranfänger:innen ab 17 Jahren buchbar.

14. Apr.	Dienstag, 18:00 Uhr	6 Einheiten à 2 h € 205,-
15. Apr.	Mittwoch, 19:00 Uhr	6 Einheiten à 2 h € 205,-

WOCHENKURS ADVANCED

Dieser Kurs ist für Kletternde gedacht die bereits das Vorstiegssichern und -klettern beherrschen. Wir verbessern unser Können, um gemeinsam stärker zu werden.

16. Apr.	Donnerstag, 19:00 Uhr	6 Einheiten à 2 h € 205,- (€ 145,- Abo)
----------	-----------------------	--

BOULDERKURSE

Hier steht das Erlernen der richtigen Klettertechnik im Vordergrund. Geklettert wird in den Boulderbereichen.

10. Apr.	Freitag, 19:30 Uhr	6 Einheiten à 1,5 h € 175,- (€ 135,- Abo)
----------	--------------------	--

WOCHENENDKURSE

KLETTERN LERNEN an einem Wochenende!

Beim Beginnerkurs am Wochenende besprechen und üben wir sowohl die richtige Klettertechnik als auch die richtige Sicherungstechnik für das Klettern im Top-Rope und im Vorstieg.

Du erlernst alle Sicherheitsstandards, die du für das eigenständige Klettern benötigst und solltest danach alle Bereiche des CAC benutzen können.

21. März		2 Tage à 6 h
25. Apr.	Samstag und Sonntag 9:30 – 16:30 Uhr	1h Mittagspause
23. Mai		€ 230,-

WORKSHOPS



Bei den Workshops haben wir 2 Stunden Zeit, um ein bestimmtes Thema in kompakter Form zu erarbeiten.

19. März		Donnerstag, 18 Uhr
23. Apr.	Dynamisch Sichern & Sturztraining	1 Einheit à 2 h
21. Mai		€ 45,- (€ 30,- Abo)

KLETTERN LERNEN



Mit freundlicher
Unterstützung von
Raiffeisen

Powered by WIKI

Kursprogramm Kinder und Jugendliche Frühling 2026

Das City Adventure Center (CAC) ist die ideale Einrichtung, um Kindern und Jugendlichen ein spannendes Klettererlebnis zu bieten.

Ab 6 Jahren bieten wir Kletterkurse für Kinder an.

SCHNUPPERKLETTERN

Lerne das CAC kennen! Du erhältst eine Einschulung für die Selbstsicherungsgeräte, übst die Klettertechnik im Boulderbereich und drehst eine Runde am Skywalk.

14. März	Samstag 9:30 Uhr (6-9 Jahre)	1 Einheit à 90 min
18. Apr.	11:30 Uhr (10-14 Jahre)	€ 25,- / € 30,-

SKYWALK/ABSEILEN ab 8 Jahren

Unser Skywalk befindet sich an der Hallendecke des CAC in 15 m Höhe. Auf 40 m finden sich verschiedene Elemente, die zu bewältigen sind.

29. März	Sonntag, 15:30 - 16:30 Uhr	1 Einheit à 1 h
17. Mai		€ 20,-

KINDERGEBURTSTAGE

Du willst eine actiongeladene Geburtstagsfeier mit deinen Freunden erleben? Dann verbringe deinen nächsten Geburtstag bei uns in der Kletterhalle.

Unsere Trainer:innen erkunden mit euch das CAC – dabei steht Bouldern, Klettern mit dem Seil, eine Begehung des Skywalks am Hallendach und optional das Abseilen von der Skywalk Plattform am Programm.

max. 9 Kinder ab 8 Jahren	Eintritt und Verleih	€ 10,- pro Kind
	Trainer:in	€ 50,-/h (min. 2 h)

Wer nach dem sportlichen Teil auch noch kulinarisch versorgt werden will, kann das vorhandene Angebot des JUFA Hotel Graz City nutzen.

Anmeldung

Über unsere Online-Buchungsplattform kannst du alle unsere aktuellen Kurse durchsehen und buchen. Unser Kassateam berät dich gerne bei Fragen.

c-a-c.at/angebote/kurs-buchen/



QR-Code scannen und
Kurs direkt buchen!

AGB

Du findest unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen auf unserer Homepage.

c-a-c.at/agb/

Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten



ELTERN-KIND KURSE

Bei diesem Kurs lernen Eltern, ihre Kinder in einer Einheit von 2 h im Top-Rope zu sichern. Buchbar ist dieser Kurs für mindestens 1 Elternteil und 1 Kind, es können aber weitere Elternteile oder auch Kinder separat dazugebucht werden.

Die Kinder werden bei diesem Kurs teilweise eigenständig betreut, teilweise klettern sie mit ihren Eltern.

12. Apr.	Sonntag, 9:30 Uhr	1 Einheit à 2 h
09. Mai	Samstag, 9:30 Uhr	€ 60,-

KLETTERCAMPS

In den CAC-Klettercamps erwarten dich Seilklettern, Bouldern, Skywalk, Klettersteig und vieles mehr!

Ostern

30. März - 03. Apr.	8 - 12 Jahre	9:30 Uhr	Beginner 5 EH à 3 h, € 155,-
------------------------	--------------	----------	--

WOCHENKURSE

Wochenkurse finden trimesterweise statt und haben eine Laufzeit von jeweils 8 Wochen.

Seilklettern Beginner

Dein Einstieg in die Welt des Kletterns. Je nach Alter lernst du unterschiedliche Spielarten des Klettersports kennen. Spaß und Abenteuer stehen im Vordergrund.

7-9 J.	15. Apr.	Mi., 15:00	6 EH à 90 min, € 105,-
10-12 J.	16. Apr.	Do., 15:00	6 EH à 90 min, € 115,-
13-16 J.	16. Apr.	Do., 17:00	6 EH à 90 min, € 120,-

Seilklettern Intermediate

Für alle, die schon den Beginner Kurs absolviert haben und ihre Skills verbessern wollen. Fun inklusive!

7-9 J.	13. Apr.	Mo., 15:00	6 EH à 90 min, € 105,-
10-12 J.	13. Apr.	Mo., 16:00	6 EH à 90 min, € 115,-

Boulderkurse Beginner & Intermediate

Hier konzentrieren wir uns auf das Bouldern. Im Vordergrund steht der spielerische Zugang zum Klettern.

6-9 J.	13. Apr.	Mo., 14:30	6 EH à 60 min, € 70,-
10-14 J.	13. Apr.	Mo., 17:00	6 EH à 90 min, € 105,-

KLETTERGRUPPE ADVANCED

In der Klettergruppe verbessern wir unser Kletterkönnen, um gemeinsam stärker und besser zu werden.

7-9 J.	10. Apr.	Fr., 15:00	6 EH à 90 min, € 105,-
	14. Apr.	Di., 15:00	6 EH à 90 min, € 105,-
10-12 J.	14. Apr.	Di., 16:00	6 EH à 90 min, € 115,-
	15. Apr.	Mi., 17:00	6 EH à 90 min, € 115,-
13-16 J.	10. Apr.	Fr., 17:00	6 EH à 120 min, € 160,-

KURZKURS

Bei diesem Kurs geht es um die Basics des Sportkletterns. Lerne die richtige Technik für das Klettern im Toprope.

Wochenend-Kurzkurs (8-12 Jahre)

28. Feb.	Samstag und Sonntag 9:30 - 12:30 Uhr	2 Einheiten à 3 h
28. März		
16. Mai		€ 70,-

PRIVATSTUNDEN

Für ein betreutes Klettern hast du auch die Möglichkeit, dir eine:n Privattrainer:in für einen von dir gewünschten Kursinhalt zu buchen.

Es kann hier sowohl Klettertechnik als auch Seiltechnik vermittelt werden. Unsere Privatstundentarife sind für eine Personenanzahl von 1 bis zu 4 Personen buchbar.

1-2 Personen	€ 70,-	inkl. Eintritte und Leihhausrüstung
3 Personen	€ 80,-	
4 Personen	€ 90,-	

Preise beziehen sich auf die erste Stunde einer Einheit. Jede weitere Stunde kostet nur € 50,-.

Für größere Gruppen können wir dir gerne ein individuelles Angebot zukommen lassen.

MIT KINDERN IM CAC

Das City Adventure Center ist als Sportzentrum für Kletterbegeisterte aller Altersgruppen konzipiert. Kinder können das CAC unter Aufsicht nutzen – entweder durch Eltern bzw. volljährige Begleitpersonen, oder im Rahmen eines Kurses (ab 6 Jahren) mit den Trainer:innen.

Ab 14 Jahren können Kinder das CAC ohne Begleitperson nutzen. Voraussetzung ist eine vor Ort unterschriebene Einverständniserklärung eines Elternteils.