



Bouldern?

Was ist das eigentlich?

Bouldern bedeutet Klettern in Absprunghöhe (bis zu 5 Meter) ohne Gurt und Seil, mit Matte als Schutz. Der typische „Boulder“ besteht meist aus nur 4 bis 8 Kletterzügen, die den Ausführenden an die Leistungsgrenze bringen sollen.

Bouldern bietet sich besonders für Kletterneulinge an: Komplizierte Sicherungstechniken müssen nicht erlernt werden. Es kann nach einer kurzen Einführung in die Hallenregeln direkt losgehen. Mit relativ geringem Zeitaufwand und auch ohne Kletterpartner/-in kann man schnell und flexibel trainieren und sich auspowern. Der Bouldersport fördert Koordination, Beweglichkeit und Körpergefühl.

Benötigt werden neben sportlicher Kleidung saubere Turnschuhe, oder wie wir empfehlen: Kletterschuhe und Kalkpulver (beides auch vor Ort erhältlich)

Mitglieder der BSG Wissen erhalten ermäßigte 11er Karten á 85 €, die personengebunden sind. Nutzer des Angebots müssen sich bei der BSG Wissen anmelden. Diese leitet zwecks Personalabgleich Namen und Geburtsdaten an Boulders Habitat.

Anmeldungen unter Angabe des vollständigen Namens sowie des Geburtsdatums bitte über:

DAAD BSG-Wissen
Bsg-wissen@daad.de



Telefon: 0228 36034916 Email:
info@bouldershabitat.de Mo - Fr: 09:00 -
24:00 Sa - So: 09:00 - 22:00

Boulders Habitat

Zwei Hallen, eine Philosophie:

Uns gibt es gleich 2 x in Bonn, die beiden Schwesterhallen liegen nur 5 Kilometer voneinander entfernt. Wer ein Abo hat, darf in beiden Hallen bouldern. Beide Hallen wollen sowohl den Erfahrenen als auch Einsteigern und Kindern spannendes Bouldern mit einer großen Auswahl an Routen und Trainingsmöglichkeiten bieten. Dazu werden die bunten Griffe an den Wänden durch das Routenbauteam regelmäßig in neuen Routen angeschraubt und diese nach Schwierigkeit definiert.

Das Routenbauerteam stellt sicher, dass es in allen Schwierigkeiten technisch spannende, moderne und abwechslungsreiche „Boulderprobleme“ gibt. Zwei Mal in der Woche wird in den Hallen jeweils ein Wandbereich neu geschraubt. Dabei variieren die Schwierigkeiten immer in sechs, durch Farben markierte, Graden.

In der ursprünglichen Halle in Bonn (2014 eröffnet) befinden sich auf 700qm, die ein 100qm Kinderbereich hat, ca. 250 „Boulderprobleme“. In der Schwesterhalle, die 2018 errichtet wurde, gibt es insgesamt 1100qm Boulderfläche.

Dienstags und freitags werden kostenlose Einsteigerkurse angeboten, in denen Trainer die wichtigsten Grundkenntnisse vermitteln. Zudem gibt es regelmäßig Technikkurse für Einsteiger und Fortgeschrittene. Der Trainingsbereich ist mit Campusboard, Klimmzugstange und diverser Material ausgestattet und bietet alles zum gezielten Krafttraining. In der Beueler Halle sorgen Moonboard und eine Definitionswand für noch mehr Trainingsmöglichkeiten. Beide Hallen bieten neben den zahlreichen Kursen für unterschiedliche Altersklassen, einen abgetrennten Bereich und extra für Kinder geschraubten Routen.

Im Café stehen gekühlte Getränke, heißer Kaffee (auch vegan mit Hafermilch) sowie verschiedene süße und herzhaft Snacks zur Auswahl, die man auf den gemütlichen Sofas oder im Sommer draußen auf der Terrasse genießen kann.

Kontakt:

Boulders Habitat BONN

Siemensstraße 20

53121 Bonn

Boulders Habitat BEUEL

Paulusstraße 22

53227 Bonn

Telefon: 0228 36034916

Email: info@bouldershabitat.de