



Climbing to Yourself – a training study –

WER?

- Kletterunerfahrene (max. 1-3 mal in einer Kletter-/Boulderhalle)
- Alter **6-12 Jahre** & **18-40 Jahre**

WAS?

- 8-wöchige Trainingsstudie
- Trainiere deine motorischen und/oder cognitiven Fähigkeiten beim Klettern

WO?

- Hauptgebäude der Deutschen Sporthochschule Köln

Interesse? Melde dich bei uns unter climbing.dshs@gmail.com

