



# SAC, c'est cool!



Action und Fun wird bei der JO gross geschrieben!

## Der Schweizer Alpen-Club SAC

Der Schweizer Alpen-Club - mit beinahe 100'000 Mitgliedern einer der grössten Sportverbände in der Schweiz - bietet heute ein umfangreiches und breit gefächertes Aktivitätsangebot. Im Jahresprogramm der meisten Sektionen - so werden die 111 "Vereine" des SAC genannt - finden sich sämtliche Spielformen des Berg- und Natursportes: Das Spektrum erstreckt sich dabei über die klassischen, traditionellen Betätigungsfelder wie (Berg)Wandern, Bergsteigen, Skitouren etc. bis zu Disziplinen mit Trendsportart-Charakter wie Sportklettern, Mountain-Biken und Canyoning. Und diese neuen Spielformen stossen vor allem bei der Jugend des SAC auf Interesse und Begeisterung.

## SAC-Jugend

In den meisten SAC-Sektion gibt's eine Jugendabteilung, die oft noch in Alterskategorien aufgeteilt ist. Mitmachen können

Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 22 Jahren.

Die jüngsten gehen zusammen mit den Eltern auf Tour (Familienbergsteigen, ca. 6 - 10 Jahre, vgl. Rückseite). Ab ca. 10 - 14 Jahren ist die **KiBe-Gruppe (Kinderbergsteigen)** für dich die richtige Adresse. Dort lernst du Klettern, machst erste einfachere Bergtouren im Fels und auf dem Gletscher, erkundigst Höhlen oder erlebst mit anderen Kindern tolle Tage oder Lagerwochen in der Natur. Im Winter machen die KiBe-ler einfache Touren im Schnee oder klettern in der Kletterhalle.



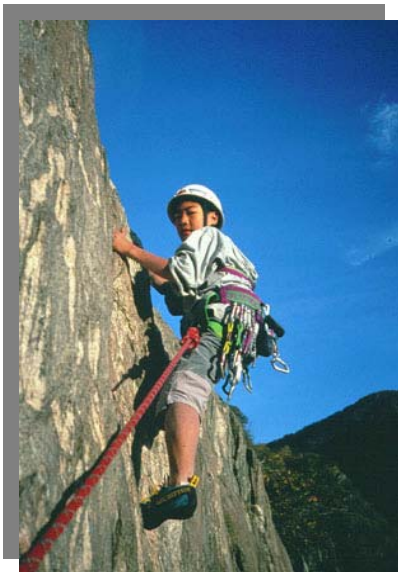
Aufstieg mit Schneeschuhen...



....und dann die rasante Abfahrt im stiebenden Pulverschnee.

Ab ca. 14 Jahren machst du bei der **JO (Jugendorganisation)** mit. Die JO hat sämtliche Bergsport-Aktivitäten auf dem Programm: Im Sommer sind es vor allem Bergtouren (Fels und Eis) und Sportklettern, im Winter Ski- und Snowboardtouren, Eisklettern und Sportklettern in der Halle. Obschon die Aktivitäten in der JO durchaus leistungsorientiert sind, finden auch weniger leistungsstarke ihren Platz in der Gruppe. Die Jugendlichen lernen so, aufeinander Rücksicht zu nehmen und Verantwortung zu übernehmen. Ziel des Leiterteams ist es, die Jugendlichen zu selbständigen, verantwortungsbewussten Alpinisten auszubilden.

Sowohl die KiBe-Gruppen wie auch die JO's werden von ausgebildeten **J+S-Leitern Bergsteigen, Skitouren und Sportklettern** betreut. Für anspruchsvolle Touren oder Tourenlager werden oft auch **Bergführer** beigezogen.



**Sportklettern ist bei den Jugendlichen die beliebteste Aktivität, ob outdoor...**

### **Sportklettern ist Trend**

Sportklettern liegt sowohl bei KiBe-lern wie auch bei JO-lern voll im Trend. Durch die Kletterhallen ist Sportklettern zu einer Sportart geworden, die unabhängig von Wetter und Saison regelmässig betrieben werden kann, so wie z.B. Fussball oder Leichtathletik. Dies entspricht den Bedürfnissen der Jugendlichen, welche im regelmässigen Training nicht nur die sportliche Herausforderung, sondern auch den Zusammenhalt suchen. In den meisten SAC-Sektionen findet zumindest im Winter ein regelmässiges Sportkletter-Training in der Halle statt, im Sommer in der Regel ein solches draussen. Viele Sektionen betreiben eigene Kletterwände, die zum Treffpunkt von Jugendlichen und auch Erwachsenen werden.

### **Familienbergsteigen (FaBe): Bergsteigen mit den Kleinsten**

In vielen Sektionen haben sich Eltern zu einer FaBe-Gruppe zusammenschlossen und unternehmen regelmässig

gemeinsam mit ihren Kindern Aktivitäten. So kommen auch Kinder unter 10 Jahren im SAC zum Zug, denn auch die finden Klettern und Bergsteigen toll, nur eben etwas anders als die KiBe-ler und JO-ler.



**Beim Familienbergsteigen kommen auch die Kleinsten zum Zug.**

### **Der SAC bringt's!**

Die Jugend des Schweizer Alpen-Clubs bietet Dir:

- Bergsport-Aktivitäten unter fachkundiger Leitung von ausgebildeten J+S-Leitern
- ein vielfältiges, attraktives und kostengünstiges Ausbildungsprogramm
- die Monatszeitschrift „Die Alpen“ mit aktuellen Informationen, Tourentipps und vielem mehr
- vergünstigte Übernachtungstarife in SAC-Hütten und Hütten ausländischer Alpenvereine
- eine kostenlose Gönnerschaft bei der REGA
- einen eigenen Verlag mit grosser Auswahl an Clubführern und Fachliteratur zu Mitgliederpreisen
- eine Boutique mit qualitativ hochstehenden Produkten



### **Interessiert? Dann komm doch mal mit!**

Nimm am besten mit der untenstehenden Adresse Kontakt auf, dort erhältst du unverbindlich weitere Informationen über das Jugendprogramm.

Falls keine Adresse angegeben ist, kannst du dich bei der SAC-Geschäftsstelle erkundigen, wo in deiner Region die nächste Sektion ist und wer sich dort um das Kinderbergsteigen, die JO oder um das Familienbergsteigen kümmert:

Schweizer Alpen-Club, Geschäftsstelle, Postfach, 3000 Bern 23  
Tel 031 370 18 18, Fax 031 370 18 00, e-mail [jugend@sac-cas.ch](mailto:jugend@sac-cas.ch)  
Oder besuche den SAC im Internet: [www.sac.ch](http://www.sac.ch)

**... oder in der Kletterhalle.**