

# KLETTERN

**Ximo Abadía**

**PRESTEL**

München · London · New York

# INHALT



|                      |           |
|----------------------|-----------|
| <b>BERGSTEIGEN</b>   | <b>04</b> |
| <b>TRAD-KLETTERN</b> | <b>22</b> |
| <b>SPORTKLETTERN</b> | <b>32</b> |
| <b>BOULDERN</b>      | <b>42</b> |



|                              |           |
|------------------------------|-----------|
| <b>FREE SOLO</b>             | <b>50</b> |
| <b>FREE BASE</b>             | <b>50</b> |
| <b>BUILDERING</b>            | <b>51</b> |
| <b>PSICOBLOC</b>             | <b>51</b> |
| <b>TOKIO 2020</b>            | <b>52</b> |
| <b>KLETTERHALLEN</b>         | <b>54</b> |
| <b>PARACLIMBING</b>          | <b>56</b> |
| <b>NACHHALTIGES KLETTERN</b> | <b>58</b> |
| <b>ERSTBEGEHUNGEN</b>        | <b>60</b> |

# BERGSTEIGEN

The background features a minimalist graphic of snow-capped mountain peaks. The mountains are rendered in white and light blue, creating a sense of depth through perspective. They are set against a solid blue background that has a subtle, fine-grained texture or noise, giving it a slightly grainy or painterly appearance.



**Bergsteigen – oder Alpinismus – ist im Grunde die ursprünglichste Kletterart. Das Ziel dabei ist vor allem das Erreichen des Gipfels. Deshalb braucht es dazu Fähigkeiten im Trad-Klettern, im technischen Klettern sowie im Eisklettern, also sehr vielseitige Kenntnisse.**

**Das Bergsteigen birgt eine Reihe von objektiven Gefahren wie Lawinen, Extrembedingungen, schwierige Witterungsverhältnisse, Sauerstoffmangel und beschwerliche Abstiege, die verhängnisvoll enden können.**

