



ZYTTIG

fürs Bouldern und Klettern

#19 — KLETTERN MIT KINDERN

INHALT

«MANCHMAL FINDEN KINDER
LÖSUNGEN, AUF DIE ERWACHSENE
GAR NICHT KOMMEN WÜRDEN.»

2

INSIGHTS:
KLETTERN MIT KINDERN

6

KALENDER
EVENTS IM WINTER

7

NEWS

8

SERIE
NACHHALTIGKEIT

9

GEZWITSCHER
KLETTERGRIFFE
MATERIALRATEN



IMPRESSUM

REDAKTION

O'BLOC-Team

TEXT

Anja Wirth

Ulla Mengel

BILDER

Adrian Moser

GRAFIK

ninaappliger.ch

DRUCK

von Ah Druck AG

COPYRIGHT

O'BLOC AG

Ostermundigen, 2026

AUFLAGE

1'000 Ex.

ERSCHEINUNGSDATUM

5. Oktober 2026

ZÄMÄ AN DER WAND

In den vergangenen Monaten wurde im zweiten Boulder–Obergeschoss fleissig umgebaut, geschraubt und getüftelt. Nun ist es so weit: Unsere neue Lern– und Familienzone ist eröffnet und wartet darauf, von euch entdeckt zu werden.

Passend dazu widmen wir die aktuelle Ausgabe der Zyttig dem Thema Klettern mit Kindern. Denn gemeinsam an der Wand unterwegs zu sein, bringt auch unterschiedliche Bedürfnisse mit sich. Wir schauen genauer hin, wie Kinder klettern, was einen kindgerechten Boulder ausmacht und wie Gross und Klein zusammen eine gute Zeit an der Wand verbringen können.

Natürlich gibt es auch sonst wieder einiges zu entdecken und zu erleben: neue Kurse, die letzten Monate im Muubeeri und einen prall gefüllten Veranstaltungskalender mit Quiz–Night, Tischtennis–Rundlauf, O'BLOC Talk und weiteren Highlights.

Im dritten und letzten Teil unserer Serie zum Thema Nachhaltigkeit widmen wir uns dem wirtschaftlichen Engagement. Wir zeigen euch, weshalb langfristiges Denken für uns genauso zur Nachhaltigkeit gehört wie ökologische und soziale Verantwortung und warum wir lieber Schritt für Schritt wachsen.

Nun wünschen wir euch viel Spass beim Lesen und natürlich beim gemeinsamen Klettern und Bouldern.

Euer O'BLOC–Team

INSIGHTS:

KLETTERN MIT KINDERN



GEMEINSAM WACHSEN — AN DER WAND UND DARÜBER HINAUS



EIN GRIFF MIT DER RECHTEN HAND, DEN FUSS ETWAS HÖHER STELLEN UND DANN FEHLT PLÖTZLICH NUR NOCH EIN KLEINER ZUG BIS ZUM TOP. WAS FÜR ERWACHSENE SELBSTVERSTÄNDLICH ERSCHEINEN MAG, KANN FÜR EIN KIND EINE ZIEMLICH GROSSE HERAUSFORDERUNG SEIN. UND MANCHMAL BRAUCHT ES DAFÜR NICHT MEHR ALS EIN AUFMUNTERNDEN «PROBIER'S NOCHMALS!» VON UNTEN.

GEMEINSAM AN DER WAND

Klettern und Bouldern sind Sportarten, die sich wunderbar gemeinsam erleben lassen. Kinder können früh erste Erfahrungen an der Wand sammeln, während Eltern mitfiebern, unterstützen oder gleich selbst mitklettern. Dabei geht es längst nicht nur darum, einen Boulder zu schaffen oder das Ende einer Route zu erreichen. Gemeinsam ausprobieren, Lösungen suchen, scheitern, nochmals versuchen und sich über kleine und grosse Erfolge freuen: All das gehört zum Klettern dazu.

KINDER KLETTERN ANDERS

Wer Kinder beim Klettern beobachtet, merkt schnell: Vieles passiert intuitiv. Da wird gezogen, gestreckt, gedreht, ausprobiert und manchmal ein ganz eigener Weg zum nächsten Griff gefunden. Der natürliche Bewegungsdrang trifft beim Klettern auf eine Umgebung, die immer wieder neue Aufgaben stellt. Gleichzeitig sind Kinder keine kleinen Erwachsenen. Ihre Körpergrösse, Reichweite und Kraft unterscheiden sich deutlich. Ein Zug, der für Erwachsene problemlos funktioniert, kann für ein Kind schlicht unmöglich sein, weil der nächste Griff ausser Reichweite liegt. Umgekehrt entdecken Kinder aufgrund ihrer Grösse, Beweglichkeit und Kreativität manchmal Lösungen, auf die Erwachsene gar nicht kommen würden. Genau deshalb braucht es Angebote, die auf Kinder abgestimmt sind. Boulder sollten nicht einfach nur leichter sein. Auch Griffabstände, Wandstrukturen und die Höhe des Tops spielen eine Rolle. So können Kinder selbstständig ausprobieren, Fortschritte machen und Erfolgserlebnisse sammeln.

VOM GECKO BIS ZUM AFFEN

Mit Gecko, Steinbock und Affe gibt es im O'BLOC drei Schwierigkeitsgrade speziell für Kinder. Die tiefer gesetzten Topgriffe und kindgerechten Griffabstände und die verspielte Griffauswahl sorgen dafür, dass die Herausforderungen zur Körpergrösse und Reichweite der jüngsten Boulder:in passen. So können sie sich Schritt für Schritt weiterentwickeln und eigene Erfolgserlebnisse sammeln.

ZÄMÄ KLETTERE

Klettern mit Kindern bedeutet aber nicht nur, dass Kinder klettern und Erwachsene zuschauen. Gerade das gemeinsame Erlebnis macht den Sport besonders. Vielleicht löst das Kind einen Boulder schneller als der Papa. Vielleicht entdeckt die Mama einen Griff, den alle anderen übersehen haben. Oder die ganze Familie tüftelt gemeinsam daran, wie eine bestimmte Stelle funktionieren könnte. An der Wand spielen Alter und Alltag plötzlich eine kleinere Rolle. Alle beschäftigen sich mit derselben Aufgabe — einfach auf ihrem eigenen Niveau. Dabei entstehen ganz nebenbei Gespräche, gemeinsame Erfolgserlebnisse und manchmal auch eine ordentliche Portion gegenseitiges Anfeuern. Das macht Kletter- und Boulderhallen zu Begegnungsorten und nicht nur zu Trainingsstätten.

LERN- UND FAMILIENZONE — EIN RAUM ZUM LERNEN UND ENTDECKEN

Mit unserer neuen Lern- und Familienzone im zweiten Obergeschoss möchten wir genau dafür mehr Raum schaffen. Einen Ort, an dem Kinder ausprobieren, entdecken und lernen können, aber auch die Erwachsenen auf ihre Kosten kommen. Diesen Spagat versuchen wir abzudecken, damit Familien gemeinsam eine schöne Zeit an der Wand verbringen können. Das braucht natürlich von beiden Seiten Rücksicht und Aufmerksamkeit.

Bei der Gestaltung stand deshalb nicht einfach zusätzliche Kletterfläche im Zentrum. Vielmehr ging es um die Frage, wie ein Bereich aussehen muss, in dem sich insbesondere Familien und Kinder wohlfühlen und gute Bedingungen zum Lernen vorfinden. Die neue Zone bietet einen spielerischen und altersgerechten Zugang zum Bouldern. Hier können erste Erfahrungen gesammelt, Bewegungen ausprobiert und Schritt für Schritt neue Herausforderungen angegangen werden. Entsprechend sind auch die Wandhöhen abgestuft: Bei der violetten Matte beträgt die maximale Höhe zwei Meter, bei den blauen Matten drei Meter und bei der grauen Matte dreieinhalb Meter. Mit zunehmender Erfahrung können sich die Kinder an neue Herausforderungen und höhere Wände herantasten. Denn am Ende geht es nicht darum, wer am schnellsten oben ist oder den schwierigsten Boulder schafft. Es geht darum,

gemeinsam unterwegs zu sein und einen schönen und sicheren Tag zu haben.

JETZT SEID IHR DRAN!

Genug gelesen — Zeit zum Klettern! Schnappt euch eure Kletterfinken, nehmt die Familie mit und entdeckt unsere neue Lern- und Familienzone im zweiten Obergeschoss. Probiert gemeinsam aus, tüftelt an neuen Bewegungen und findet heraus, wer bei euch geckoflink, steinbocktrittsicher oder affenstark unterwegs ist.

«AN DER WAND SPIELEN ALTER UND ALLTAG PLÖTZ- LICH EINE KLEINERE ROLLE.»



TIPPS ZUM BOULDERN UND KLETTERN MIT KIDS

- > **Langsam steigern:** Vom Einfachen zum Schwierigen und Kinder in der Höhe nicht pushen.
- > **Sicher abklettern:** Alle Farben und insbesondere die Abklettergriffe nutzen.
- > **Absprunghöhe festlegen:** Als Orientierung gilt: Fusshöhe maximal auf Körpergrösse.
- > **Sturzraum freihalten:** Nicht unter Kletter:innen aufhalten oder durch Boulderzonen rennen.
- > **Aufmerksam begleiten:** Kinder so eng begleiten, dass sie weder sich noch andere gefährden.

WAS KANN DER NEUE BEREICH IM 2. OG NOCH?

Die neue Lern- und Familienzone ist nicht nur eine Attraktion für Familien, sondern bietet auch einen grossen Mehrwert für alle anderen. An der Traversewand feilen wir an unserer Fusstechnik, Beweglichkeit oder auch Kraft-Ausdauer. Und wer das Bouldern schätzt, aber Respekt vor hohen Tops hat, der:die wird sich im 2. OG sehr wohl fühlen.



KALENDER

05. – 11. OKTOBER

FUNDSACHEN-FLOHMI

Wir sagen wieder:
«Alles muss weg!»
Stöbere durch unsere Fund-
sachen und entdecke den
einen oder anderen Schatz.
Der gesamte Erlös geht
wie immer an einen guten
Zweck.

**START: MONTAG, 10.00 UHR
IM O'BLOC BISTROT**

29. OKTOBER

TISCHTENNIS RUNDLAUF

Premiere im O'BLOC!
Beim Plausch-Tischtennis-
Rundlauf stehen der
Spas und das gemeinsa-
me Spielen im Mittelpunkt.
Dazu gibts gute Drinks,
gemütliches Beisammen-
sein und jede Menge
Action an der Platte.

**AB 17 UHR
IM O'BLOC BISTROT**

16. OKTOBER

HIRNE U HABERE

Es ist wieder Quiz-Zeit! Freu dich auf einen
unterhaltsamen Abend mit abwechslungsreichen
Themen rund um Musik, Sport, Geschichte
und vieles mehr. Schnapp dir dein Team und
stell dein Wissen auf die Probe.

**19.30 UHR
IM O'BLOC BISTROT**

17. NOVEMBER

O'BLOC TALK

Profisport begeistert —
bringt aber auch Heraus-
forderungen mit sich.
Im O'BLOC Talk sprechen
Nicolas Hojac und Sascha
Lehmann offen über
die Sonn- und Schattsei-
ten des Spitzensports
und geben persönliche
Einblicke in ihren Alltag.

**19.30 UHR
IM O'BLOC BISTROT**

VORSCHAU WINTER

20. NOVEMBER BOULDER CHALLENGE

Es heisst wieder: Zäme boulderä! Das bedeutet gemeinsam
Spas haben und Bewegungen zusammen austüfteln.

03. DEZEMBER VORTRAG SAC EXPEDITIONSTEAM

Das SAC Frauen Expeditionsteam nimmt dich mit auf
eine aussergewöhnliche Reise nach Grönland.

31. DEZEMBER LETZTER TAG BOULDERN IM MUUBEERI

Das Muubeeri muss geschlossen werden. Kommt alle
nochmals bouldern!

NEWS

HALLE & INFRASTRUKTUR

LERN- UND FAMILIENZEONE



Es ist so weit: Unsere neue Lern- und Familienzone im zweiten Boulder-Obergeschoss ist eröffnet. Entdecke den neu gestalteten Bereich und probiere ihn gleich selbst aus.

KÜHLES GETRÄNK AUF DEM ROOFTOP

Durstig nach deiner Bouldersession? Auf dem Rooftop findest du neu einen Selbstbedienungs-Kühlschrank. Getränk auswählen, mit TWINT bezahlen und direkt auf dem Rooftop geniessen. Prost!

MUUBEERI — LETZTE CHANCE!

Noch einmal im ehemaligen Hallenbad bouldern? Das Muubeeri ist noch bis Ende Jahr geöffnet. Nutze die Gelegenheit für eine letzte Bouldersession in dieser besonderen Location, bevor es heisst: Bye-bye Muubeeri!

ROUTENBAU



BOULDERSPASS FÜR DIE KLEINSTEN

Unsere jüngsten Kletterfans dürfen sich freuen: In der Lern- und Familienzone gibt es drei speziell für Kinder entwickelte Boulder-Schwierigkeitsgrade. Vom Gecko über den Steinbock bis zum Affen steigern sich die Herausforderungen spielerisch. Topgriffe sind tiefer gesetzt und Griffabstände optimal auf Kinder abgestimmt.

BISTROT

HERBST IM GLAS

Unser hausgemachter Eistee geht in die letzte Runde und läutet den Herbst ein. Weisses Tee, Ingwer, Zimt und Zitrone sorgen für eine würzig-frische Mischung.

RASTAMAN VIBRATIONS

Auch im Panini-Sortiment gibts etwas Neues: Rastaman Vibrations mit feinem Hanf-Mutschli-Käse. Was sonst noch drinsteckt? Wir verraten noch nichts!

KURSE

GEMEINSAM WEITERKOMMEN

Blockkurs Bouldern

— 09. November bis 14. Dezember 2026
jeweils montags, 18.30—20.00 Uhr

Du hast bereits Erfahrung im Bouldern und möchtest dich weiterentwickeln? In unseren wöchentlichen Blockkursen trainierst du gemeinsam mit Gleichgesinnten und arbeitest mit Unterstützung des Coaches an den Themen, die dich gerade weiterbringen. Die Kurse gibt es in zwei Niveaus: grün—gelb—orange und gelb—orange—rot. Ein Einstieg ist auch während eines laufenden Kurses möglich.

GEMEINSAM HOCH HINAUS

Blockkurs Lead

— 23. Oktober bis 11. Dezember 2026
jeweils freitags, 10.00—11.30 Uhr

Du hast die Grundausbildung im Klettern und Sichern und möchtest dranbleiben? In unserem wöchentlichen Blockkurs kletterst du gemeinsam mit Gleichgesinnten und arbeitest mit Unterstützung des Coaches an den Themen, die dich gerade interessieren. Dabei spielen Kletterniveau, Lerntempo und Alter keine Rolle. Ein Einstieg ist jederzeit auch während eines laufenden Kurses möglich.

KOPFSACHE KLETTERN — MENTAL 1

Mentalkurs

— 19. Oktober bis 02. November 2026
jeweils montags, 18.30—21.00 Uhr

Beim Klettern entscheidet nicht nur die körperliche Stärke. Im Kurs Mental 1 — Grundlagen lernst du verschiedene Grundtechniken des Mentaltrainings kennen und wendest sie direkt an der Kletterwand an. Schritt für Schritt arbeitest du an Höhen- und Sturzangst und stärkst das Vertrauen in deine eigenen Fähigkeiten, deine:n Sicherungspartner:in und das Material.



Anmeldung und Infos zu allen Kursen unter obloc.ch/kurse

NACHHALTIGKEIT

#3/3 —WIRTSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

IM LETZTEN TEIL UNSERER SERIE ZEIGEN WIR EUCH, WARUM FÜR UNS — NEBEN EINEM ÖKOLOGISCHEN FUSSABDRUCK — AUCH WIRTSCHAFTLICHE NACHHALTIGKEIT UND LANGFRISTIGES DENKEN WICHTIG IST.

NON-PROFIT: CHANCE FÜR DIE SPORTART KLETTERN?

Schon bei der Gründung war klar: Das O'BLOC wird eine Non-profit AG. Diese Geschäftsform gibt uns den Ansporn stetig innovativ zu bleiben und allfällige Gewinne zu reinvestieren. Der Erweiterungsbau ist ein gutes Beispiel dafür. Aber nicht nur unsere Anlage profitiert davon, sondern auch der Breiten-, Nachwuchs- und Spitzensport.

KEIN PREISKAMPF

Eine Kletterhalle ist ein kostenintensiver Betrieb. Infrastruktur muss gebaut, gewartet und erneuert werden. Routenbauer:innen, Bistrot-Mitarbeiter:innen und Kursleiter:innen ermöglichen unseren Kund:innen ein sicheres und qualitativ hochwertiges Erlebnis an 365 Tagen im Jahr. Faire Löhne und langfristige Beziehungen mit regionalen Anbieter:innen sind uns wichtig. Deshalb setzen wir auf faire Preise statt auf Preiskampf. Unser Ziel ist ein Betrieb, der langfristig funktioniert und uns den Spielraum gibt, immer wieder in die Qualität des O'BLOC zu investieren.

KEIN RASANTES WACHSTUM

Seit der Eröffnung des O'BLOC im Jahr 2015 ist viel passiert. Das Team ist gewachsen, die Infrastruktur wurde laufend erweitert und unser Angebot hat sich entwickelt. Wachstum war dabei nie ein Selbstzweck. Wir wollen kein rasantes Wachstum, sondern investieren in unsere Anlagen. Es gibt immer Ideen und Projekte, die uns reizen. Gleichzeitig fragen wir uns: Passt das zu uns? Ist es langfristig tragbar? Und bringt es unseren Kund:innen einen Mehrwert? Wir glauben nicht an Wachstum um des Wachstums willen. Lieber entwickeln wir Bestehendes weiter, verlieren die Qualität nicht aus den Augen und nehmen Kundenbedürfnisse und Rückmeldungen ernst.

LANGFRISTIGE INVESTITIONEN IN UNSERE MITARBEITER:INNEN

Die wichtigste Ressource im O'BLOC sind nicht unsere Wände, Griffe oder unser Gebäude — es sind die Menschen dahinter. Ein Team wächst durch Erfahrung, Vertrauen, Verantwortung und Entwicklung. Deshalb investieren wir langfristig in unsere Mitarbeiter:innen und schaffen Möglichkeiten, sich fachlich und persönlich weiterzuentwickeln.

Wer lange Teil des O'BLOCs ist, trägt Wissen über unsere Abläufe, Kund:innen und Kultur mit sich. Dieses Wissen ist enorm wertvoll. Wir möchten deshalb nicht nur Arbeitsplätze bieten, sondern Perspektiven: durch Aus- und Weiterbildung, durch Verantwortung und Entwicklung innerhalb des Unternehmens.

Als Start-up Unternehmen mit Christian und Sandro in der Geschäftsleitung, lastete natürlich viel Verantwortung auf deren Schultern. Was viele aber nicht wissen: Seit Beginn sind drei externe Verwaltungsräte als oberstes Aufsichtsgremium tätig und bestimmen die Strategie des Unternehmens mit. Inzwischen unterstützen drei weitere Mitarbeiter:innen Sandro und Christian in der erweiterten Geschäftsleitung. Mit insgesamt neun Personen im Kernteam sind die Verantwortlichkeiten und Kompetenzen auf mehrere Köpfe aufgeteilt. Davon profitieren langfristig alle: die Mitarbeiter:innen, das O'BLOC und nicht zuletzt unsere Kund:innen.

UNSER FAZIT — WARUM MACHEN WIR DAS?

Nachhaltigkeit ist für uns ein Prozess, bei dem wir immer wieder hinterfragen, wo wir noch besser werden können. Was wir beeinflussen können, ist die Art, wie wir unser Unternehmen führen: regional verankert, mit langfristigen Beziehungen und mit Investitionen, die uns und unsere Kund:innen weiterbringen.

Seit 2015 dürfen wir diesen Weg gemeinsam mit euch gehen. Dafür sind wir dankbar. Und wir freuen uns darauf, das O'BLOC auch in Zukunft Schritt für Schritt weiterzuentwickeln — es soll ganz einfach ein guter Ort für Kletter:innen bleiben.

GEZWITSCHER

GRIFF IST NICHT GLEICH GRIFF

KLETTERGRIFFE UNTERSCHIEDEN SICH NICHT NUR IN FORM, FARBE UND GRÖSSE, SONDERN AUCH IN IHREM MATERIAL. ERKENNST DU, WORAUS EIN GRIFF BESTEHT, WENN DU IHN LEDIGLICH ANSCHAUST?

TESTE DEIN WISSEN: SCHAU DIR DIE ABGEBILDETEN GRIFFE GENAU AN UND VERBINDE JEDEN GRIFF MIT DEM PASSENDEN MATERIAL. DIE AUFLÖSUNG FINDEST DU AM RAND — NICHT SCHUMMELN ;)! VIEL SPASS!



ABS (Thermo Plastic Recycling Material)

Holz mit Sand beschichtet

Polyurethan (PU)

Polyester (PE)

Holz

Stein

Glasfaser (GFK)

Bio-Harz

PU (Dual Tex)

1. ABS (Thermo Plastic Recycling Material) | 2. Glasfaser (GFK) | 3. Polyurethan (PU) | 4. Holz | 5. Bio Harz | 6. Stein | 7. Polyester (PE) | 8. Holz mit Sand beschichtet

AUSBLICK

#20 — 03|2027

Über welche Kletter-Themen möchtet ihr in Zukunft mehr erfahren? Anmerkungen und Ideen dürfen gerne direkt an kontakt@obloc.ch geschickt werden.

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER O'BLOC-ZYTTIG ERSCHEINT IM MÄRZ 2027.

OBLOC

bouldern und klettern

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo, Di & Do 10.00 — 23.00
Mi & Fr 08.00 — 23.00
Sa / So 09.00 — 19.00

KONTAKT

Tel: 031 372 07 07

Für Fragen zu Kursen
kurse@obloc.ch

Für allgemeine Fragen
kontakt@obloc.ch

ADRESSE

Forelstrasse 11
3072 Ostermundigen

www.obloc.ch

