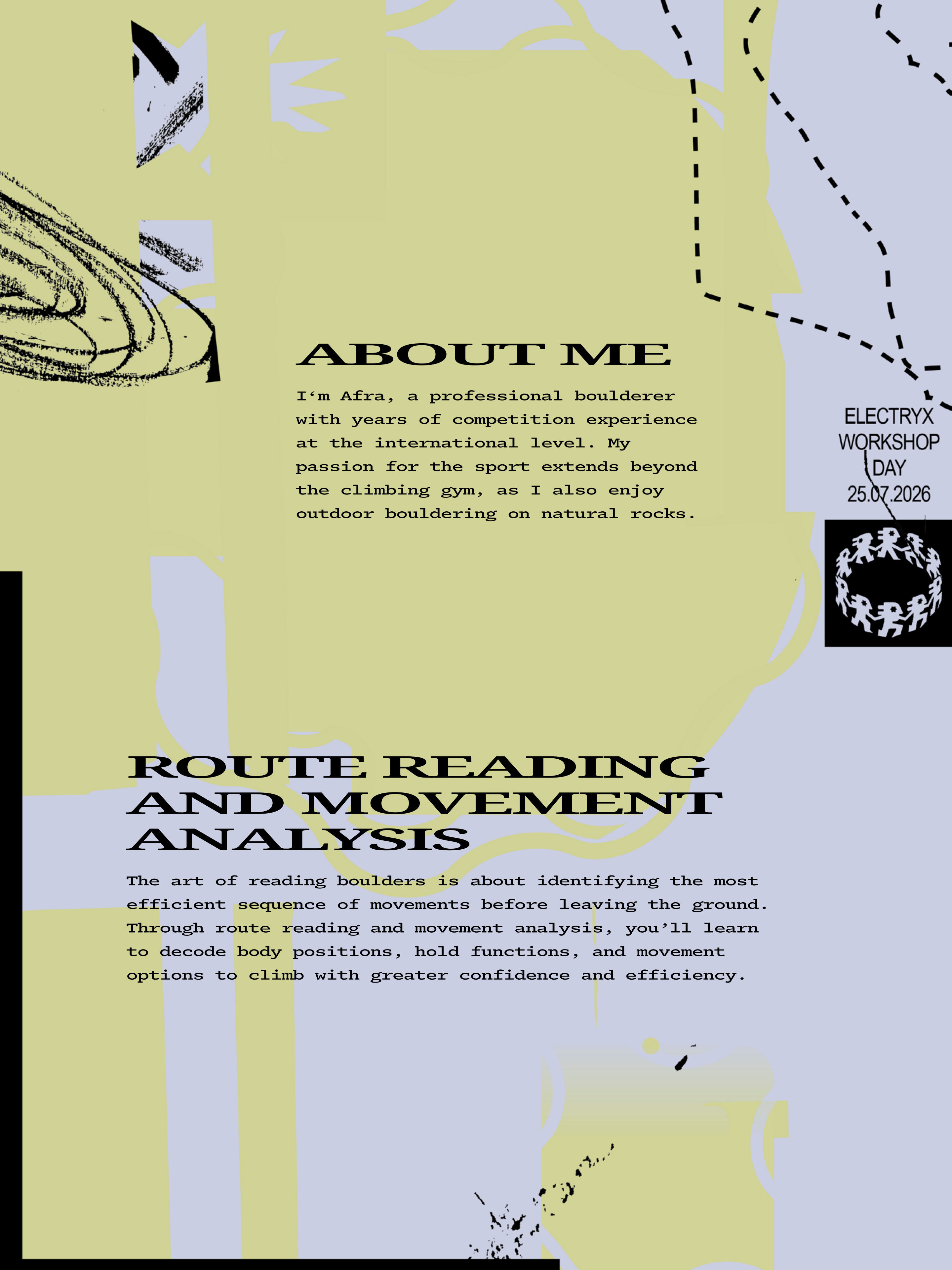




ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



ROUTE READING MOVEMENT ANALYSIS



ABOUT ME

I'm Afra, a professional boulderer with years of competition experience at the international level. My passion for the sport extends beyond the climbing gym, as I also enjoy outdoor bouldering on natural rocks.

ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



ROUTE READING AND MOVEMENT ANALYSIS

The art of reading boulders is about identifying the most efficient sequence of movements before leaving the ground. Through route reading and movement analysis, you'll learn to decode body positions, hold functions, and movement options to climb with greater confidence and efficiency.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



VORTRAG
„PATAGONISCHE HÖHEN
– 14 TAGE VERTIKAL“



ABOUT ME

Ich bin Kletterin und Alpinistin und nehme seit meinem 12. Lebensjahr an Wettkämpfen teil. Mit 18 Jahren wurde ich Teil des deutschen Expeditionskaders. In den letzten Jahren habe ich unter anderem Abenteuer zum Mount Blanc, an El Capitan's Freerider und Patagonia's Cerro Torre erlebt. Neben den Bergen liebe ich es zu tanzen - ganz egal wann oder zu welcher Musik.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY

25.07.2026

PATAGONISCHE HÖHEN – 14 TAGE VERTIKAL

Stellt euch vor, ihr müsstet zwei Wochen lang auf einer Fläche leben, die kaum größer ist als zwei Yogamatten - mitten in einer senkrechten Felswand. Und dann beginnt es auch noch zu schneien.

Genau das haben wir erlebt: Caro, Belén, Julia und ich, Amelie. Vier Kletterinnen mit einem gemeinsamen Traum: die 1.200 Meter hohe Route „Sudafricana (7c)“ am Torre Central del Paine in Patagonien zu klettern - einem der wildesten und beeindruckendsten Orte dieser Welt. Was uns dort erwartete, waren stürmische Bedingungen, eisige Kälte und ein Wetter, das sich ständig veränderte.

Und trotzdem gab es diese besonderen Momente: Momente, in denen sich plötzlich alles ganz unbeschwert anfühlt. Jeder Griff, jede Bewegung passt, der Kopf wird ruhig und man ist vollkommen im Hier und Jetzt. Ein Zustand, den man im Klettern „Flow“ nennt.

Doch wie entsteht dieser Flow überhaupt in einer Umgebung, die so unberechenbar und extrem ist? Und was passiert, wenn genau dieser Flow in den entscheidenden Momenten plötzlich fehlt, durch Kälte, Erschöpfung oder Zweifel?

Mit eindrucksvollen Bildern und persönlichen Geschichten über Teamgeist, Durchhaltevermögen und die Faszination des vertikalen Lebens nehme ich euch mit auf dieses Abenteuer und auf die Suche nach dem Flow in der Wand.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



**GAIN CONFIDENCE
THROUGH STRENGTH**



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY

25.07.2026

ABOUT ME

Hi I'm Lainy, a routesetter based in Hamburg and I am always super psyched to share my love for climbing (and training) and join events that bring our community together.

GAIN CONFIDENCE THROUGH STRENGTH

In this workshop I will introduce you to the training area of your gym. we'll go through the basic exercises that will help you build balanced strength fundamentals to level up your climbing and prevent injuries.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



THE MENTALITY OF PROJECTING *LEARNING FROM FEAR*

ABOUT ME

I am a writer and activist based in Fontainebleau, France. Since 2018, I have organised the Women's Bouldering Festival. I am also involved in local conservation efforts. After more than two decades of climbing, I continue to redefine my relationship with the practice and its meaning.

THE MENTALITY OF PROJECTING

This workshop explores the motivation and meaning behind projecting, addresses the biggest psychological challenges of long-term projects, and explores the best practical strategies for sending. A mix of theory and discussion, with a few moves on the wall.

LEARNING FROM FEAR

A workshop for everybody who feels that fear is a limiting factor in their climbing. A mix of theory and discussion, with a few moves on the wall.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



FLOW UND MOVEMENT
ERKUNDE DYNAMISCHES
BOULDERN

ABOUT ME

Ich heiße Helene - klettere und bouldere mittlerweile seit 20 Jahren. In meiner Laufbahn habe ich an zahlreichen Wettkämpfen - sowohl auf nationaler als auch internationaler Ebene teilgenommen. Dabei konnte ich unzählige Bewegungen kennenlernen und meinen dynamischen Kletterstil entwickeln.

FLOW UND MOVEMENT

Entdecke dynamisches Bouldern in einer entspannten und unterstützenden Atmosphäre. Nach einem dynospezifischen Warm-up erkunden wir gemeinsam verschiedene Sprungtechniken an der Wand. Im Fokus stehen Bewegung, Technik, Selbstvertrauen und vor allem der Spaß daran, komplexere dynamische Züge auszuprobieren.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026

ERKUNDE DYNAMISCHES BOULDERN



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



**MOBILITY AS A CLIMBING
ESSENTIAL**



ABOUT ME

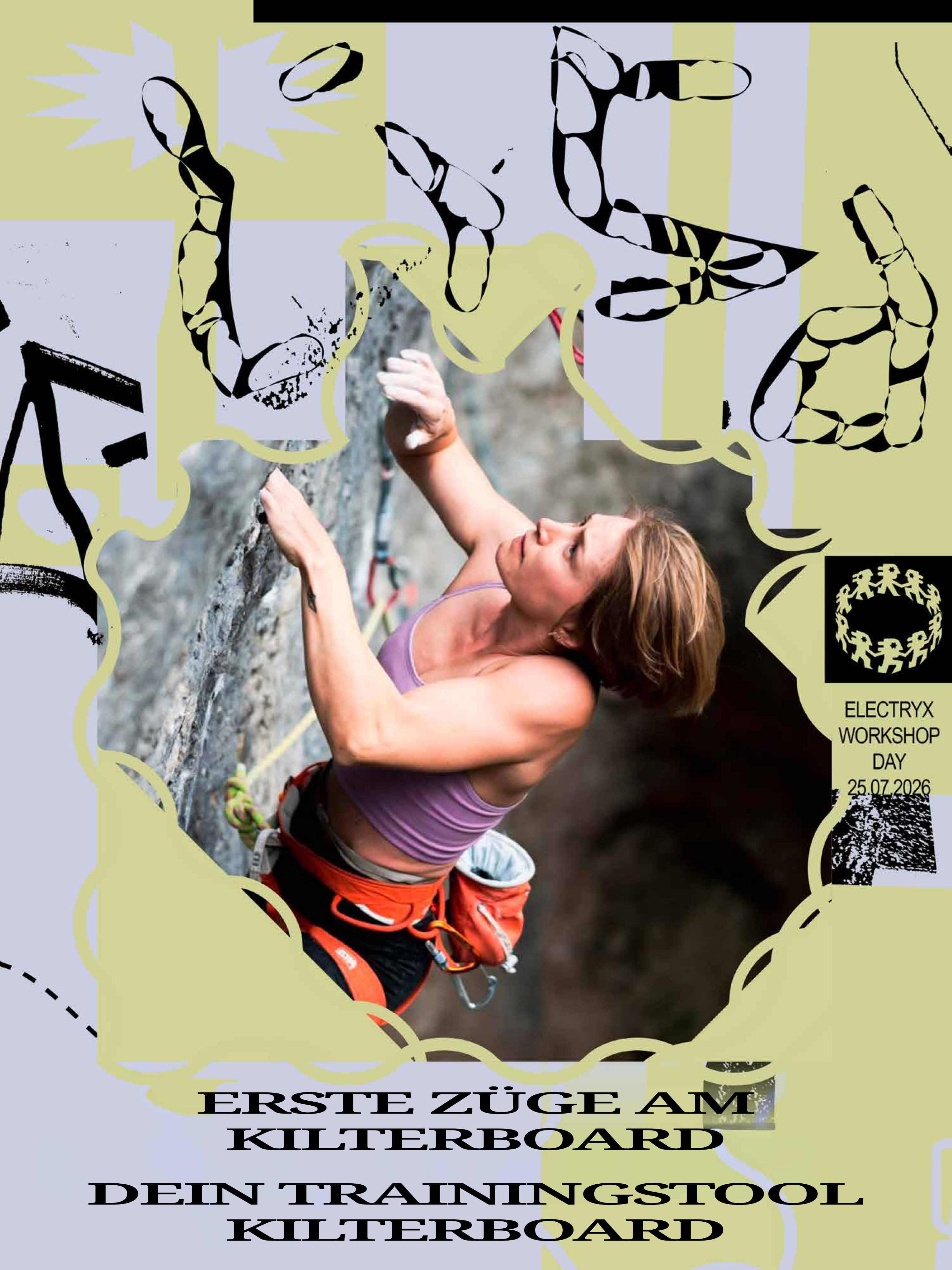
I am a Sport and Movement Expert with a master's degree in Exercise Physiology. I specialize in understanding human movement, exercise performance, and the physiological adaptations that support health and athletic achievement.

MOBILITY AS A CLIMBING ESSENTIAL

Mobility determines the range of motion of the joints, and a lack of it can cause unnecessary effort. Being able to perform as energy-efficiently as possible is why mobility is important.

ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026





ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026

**ERSTE ZÜGE AM
KILTERBOARD**

**DEIN TRAININGSTOOL
KILTERBOARD**

ABOUT ME

Ich bin Lisa und seit fast 10 Jahren passionierte Kletterin. Mit meiner ausgeprägten Neugier für neue Trainingsmethoden und einer kleinen Schwäche für Trainingsgadgets experimentiere ich ständig mit neuen Wegen, stärker und besser zu klettern.

ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



ERSTE ZÜGE AM KILTER- BOARD

Der Workshop richtet sich an alle Boardnewbies. Teilnehmer*innen sollen lernen, das Kilterboard zu bedienen, passende Boulder auszuwählen und eine individuelle Trainingseinheit am Board zu gestalten. Dafür lernen wir grundlegende Boardtechniken kennen und definieren gemeinsam sinnvolle Ziele für eine Session am Board.

DEIN TRAININGSTOOL KILTERBOARD

Der Workshop richtet sich an alle, die gerne mehr aus ihren Sessions rauszuholen wollen. Teilnehmer*innen sollen lernen, ihre Sessions sinnvoll zu strukturieren, um effizienter und zielorientierter zu trainieren. Außerdem wollen wir uns einige fortgeschrittene Boardtechniken anschauen und die eigenen Bewegungsmuster analysieren, um Bewegungsrepertoire am Board zu verbessern.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026

VORSPRUNG DURCH TECHNIK



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026

ABOUT ME

Ich bin Britta und arbeite seit mehreren Jahren als Trainerin. Meine Erfahrungen habe ich in mehreren Hallen und unterschiedlichen Kontexten gesammelt. Ich arbeite mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, vom ersten Besuch in der Boulderhalle bis mentale Trainingsunterstützung oder einfach Griffe putzen und anfeuern.

VORSPRUNG DURCH TECHNIK

Für das erhoffte Level-Upgrade fehlt es nicht immer an Kraft. Oft sind es technische Feinheiten, die dich beim Bouldern ein gutes Stück nach vorne bringen. In diesem Workshop versuchen wir Bewegungen besser zu verstehen, effizienter zu klettern und neue Lösungsansätze an der Wand zu entdecken. Ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit viel Raum zum Ausprobieren. Ein erstklassiges Schulter-Warm-up gibts inklusive <3



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



SAFE AND SEND

ABOUT ME

Ich bin Malika, 26 Jahre jung, und am liebsten draußen unterwegs – ob Berge, See oder Wald, Hauptsache Sonne im Gesicht. Seit meinem achten Lebensjahr bin ich am Klettern und Bouldern. Ich feiere Menschen, die für irgendwas brennen und mit Begeisterung über ihre Leidenschaften quatschen können.



ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026

SAFE AND SEND

In diesem Workshop erhältst du einen ersten Einblick in die wichtigsten Grundtechniken des Boulderns. Du lernst einfache Bewegungsabläufe, den richtigen Körpereinsatz sowie hilfreiche Tipps für sicheres und kraftsparendes Klettern kennen. Ziel ist es, mehr Vertrauen beim Klettern zu gewinnen.

ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026



**CRAFT AND CREATIVE
WORKSHOP**

CUSTOMIZE YOUR CARABINER

ABOUT ME

I am a craft workshop facilitator and the creator behind Piñato Crafts. Through workshops, kits and a slow mail community, my work is about giving grown-ups a way back to their hands and their child-like selves - sharing crafts and moments that bring pockets of joy.

CUSTOMIZE YOUR CARABINER

Join us for a hands-on paracord workshop where you'll knot and decorate your very own carabiner to take on your next adventure.

Additionally, as an option you can learn how to hand-knot a paracord strap that can be used as a detachable extension; clip it to your backpack, use it to hang your essentials, or style it as pure decoration. no experience needed, just come as yourself and have some fun crafting!

ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026





ELECTRYX
WORKSHOP
DAY

25.07.2026

UNFERN
WE FERN

**DIG DEEPER
BENEATH OUR FEET**

ABOUT

Der Berliner Unterwelten e.V. erforscht und dokumentiert die geschichtlichen Zusammenhänge des Berliner Untergrundes. 1997 ist er als ein Zusammenschluss von Menschen aus den unterschiedlichsten Lebensbereichen und Berufsgruppen gegründet worden. Alle Vereinsmitglieder können, dürfen und sollen ihre jeweiligen individuellen Fähigkeiten und Talente einbringen, um dieses ambitionierte Projekt zu entwickeln und voranzubringen.

DIG DEEPER BENEATH OUR FEET

Ab 1895/96 errichtete die »Allgemeine Elektrizitäts-Gesellschaft« (AEG) südlich des Humboldthains eine Großmaschinenfabrik, die unter namhaften Architekten wie Franz Schwechten und Peter Behrens zu einer regelrechten Fabrikstadt erweitert wurde. Um die Apparatefabrik an der Ackerstraße anzubinden, baute man einen 295 Meter langen Tunnel, durch den seit 31. Mai 1897 elektrisch angetriebene Züge Arbeiter und Material zwischen den beiden Standorten hin und her beförderten. Neue Verkehrsmittel waren zu dieser Zeit gefragt. Siemens schlug eine »Unterpflasterbahn« vor, die AEG favorisierte nach Londoner Vorbild eine unterirdische Röhrenbahn. Letztendlich setzte sich Siemens zunächst mit dem preiswerteren Konzept einer Hochbahn durch. Die AEG nutzte ihren Tunnel aber weiterhin betriebsintern und zu Testzwecken. Um 1910 wurde die östliche Tunnelrampe abgebrochen und der Tunnel in den Keller eines Neubaus verlängert. Im Ersten Weltkrieg diente der Tunnel der Munitionsproduktion, im Zweiten Weltkrieg als Werkluftschutzanlage für die Betriebsangehörigen. Das unterirdische Bauwerk selbst war lange Zeit nicht mehr zugänglich und stand teilweise unter Wasser. Doch seit dem Frühjahr 2016 hat der Verein mit Unterstützung des Eigentümers, der GSG, das Bauwerk instandgesetzt und das historische Gleis wieder freigelegt. Unsere Besucher erhalten zunächst eine Einführung in die geschichtliche Entwicklung des Geländes, bevor sie den ersten U-Bahntunnel Deutschlands erkunden, der übrigens auch schon zweimal Drehort für die bekannte TV-Serie »Babylon Berlin« war.

ELECTRYX
WORKSHOP
DAY
25.07.2026

