



Basisknoten

Du verfügst über die Grundkenntnisse im Indoor-Klettern und möchtest mit dem Outdoor-Klettern beginnen. Im Knotenkurs erlernst du die wichtigsten Basisknoten (Achterknoten, Spierenstich, Mastwurf, HMS, Blockierungsknoten und Prusik), welche du benötigst, um die Seilmanöver beim Outdoor-Klettern zu erlernen. Der Knotenkurs bildet die Grundlage für die Kurse „Von der Halle an den Fels“ oder „Grund-/ Einführungskurs Abseilen“.

Kursdaten	und 22.03.2020 Dauer: 1 Abend
Kursart	SOMMER Seiltechnik
Kurstufe	1
Organisierende Gruppe	Stammsektion Aktive, Stammsektion Jugend
Kursziele	Erlernen der Basisknoten
Kursinhalte	Erlernen der Basisknoten und einfache Anwendungen
Voraussetzungen	Grundkenntnisse im Indoor-Klettern
Kursort	Kletterhalle Pilatus Indoor, Root
Kursleitung	Kallenbach Oliver, Knüsel Mirjam (J+S Leiter/in)
Preis/Leistungen	GRATIS! Wird von der Sektion (Ressort Kurse und Rettung) gesponsert als Beitrag zur Sicherheit.
Anmeldung	Bitte online anmelden
Material	Kletterausrüstung, zwei Schraubkarabiner, zwei Reepschnüre für Prusik-Knoten (Durchmesser 5 bis 6 mm, 1 x Länge ca. 1,2 m und 1 x Länge ca. 3 m) und wenn vorhanden ein Seil
Zeit und Treffpunkt	19.10 Uhr, Kletterhalle PILATUS INDOOR / D4