



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 20.03.2022 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 inkl. evtl. Sicherungsgerät, zwei Schraubkarabiner, zwei Reepschnüre (Durchmesser 5 bis 6 mm à 5m), wenn vorhanden ein Seil, evtl. weitere Karabiner, Schlingen und um eine Prusikschlinge zu erstellen 5 bis 6mm Reepschnur à ca. 1m (falls du noch keine Prusikschlinge hast) |
| Zeit und Treffpunkt | 19.10 Uhr, Kletterhalle PILATUS INDOOR / D4 |