SUBMITTED BY
NicoleFischbacher

ON
2014.03.25

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

# Seilbrücke mit Holztritten



Eine "low rop"-Station, bei welcher die Teilnehmer von Holztritt zu Holztritt gehen müssen, um auf die andere Seite zu kommen.

## Material

- 1 langes Seil
- 1 kurzes Seil
- 4 Karabiner
- 4 Umlenkrollen (wenn möglich)
- 2 Baumschütze
- Seile für Holztritte befestigen

## Knoten

- Mastwurf
- Spanner
- Bretzel
- Prusik
- Doppelter Achter

## Aufbau

1. Zwei Bäume sollten ca. 10m auseinander stehen und beide schulterbreit dick sein.
2. In der Mitte eines langen Seiles wird ein gesteckter Mastwurf um ein Baum gemacht. Je höher das Seil gespannt wird umso länger können die Schlaufen gemacht werden. Die Station wird schwerer, wenn die Teilnehmer nicht an die oben gespannten Seile gelangen können.
3. Beim zweiten Baum wird ebenfalls mit einem Mastwurf ein zweites Seil befestigt. An beiden Enden dieses Seiles wird ein doppelter Achterknoten gemacht, so entsteht an jedem Seilende eine Schlaufe.
4. Mit Hilfe dieser zwei Schlaufen werden nun zwei Spanner mit den anderen beiden Seilenden gemacht.

5. Die Tritte zur Bildung der Brücke werden mit Mastwürfen an einzelnen kurzen Seilen befestigt und diese wiederum an den Hauptseilen mit dem Prusik fixiert.
6. Die Station sollte getestet und nochmals gespannt werden (danach nicht mehr nachspannen).

## Quellennachweis

Titelbild: Nicole Fischbacher (März 2014)

## Weitere Informationen

*Categories*
Spiele und Aktivitäten

*Tags*
Hochseilgarten
Outdoor
Gleichgewicht
Koordination
Teambuilding

*Number of participants*
1–20

*Bible*
Diese Information fehlt.

*Material*
Eine Menge Arbeit

*File download*
No file downloads

*KI Generierter Inhalt*
Contents
Categories
Tags
Number of participants
Bible
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/de/wiki/art/seilbruecke-mit-holztritten