

Checkliste: «komprimierte» Kurse PSAG A sowie Seilzugangs- und Positionierungsverfahren (SZP), Level 1

Ausgangslage

Damit die Kurse 0 und 1 effizient ablaufen können, müssen sich die Teilnehmer entsprechend vorbereiten:

1. Kenntnisse Knotenkunde / Gerätehandhabung

- Achterknoten gesteckt
- Mastwurf mit Seilende um einen Baum, mit doppeltem Spirenstich abgeknüpft
- Mastwurf im Karabiner (wie im Klettern...)
- Halbmastwurf bedienen können, plus Blockierungsknoten
- Hasenohrenknoten am Seilende (<https://www.petzl.com/CH/de/Sport/Knoten?ActivityName=Klettern>)
- Prusik, Kreuzklemmknoten, Prohaska
- doppelter Spirenstich am Seilende (als Seilendknoten), in der Baumkletterszene als „Kapuziner“ bekannt
- Seile verbinden: mit Achterknoten parallel (wie beim Abseilen mit 2 Seilen)
- Seile verbinden: mit doppeltem Spirenstich (für das Anfertigen von Prusikschlingen)
- Effizientes bedienen von Seilgeräten: Karabinern, Klemmen, persönlich bevorzugtem Abseilgerät gem. EN 12841 Typ C (z.B. „Petzl I'D“), persönlich bevorzugtem mitlaufendem Auffanggerät gem. EN 353-2 (z.B. „Petzl ASAP“)

2. Materialbereitstellung

Vorteilhaft wird mit der persönlich vorkonfigurierten PSA eingerückt:

- Haltegurt EN 813 mit Oberteil EN 361
- Abseilgerät gem. EN 12841 (im Industrieklettern üblich: I'D, Lory, Druide, Sparrow etc)
- Mitläufer gem. EN 353-2 plus dazugehöriger Absorber, sofern der Mitläufer dies verlangt (ASAP, BUDDY, Rocker, Goblin, etc)
- 2 Handsteigklemmen (1 links und 1 rechts)
- Trittschlinge (vorteilhaft verstellbar), diese können am Kurs für 40.- auch gekauft werden
- Helm mit Kinnband
- 1 Dutzend Sicherungskarabiner
- Cow-Tail fertig vorbereitet mit Endkarabiner EN 262 (Verschlusstyp nach freier Wahl)
- 4 Prusikschlingen 30cm - 50cm lang
- 4 Bandschlingen beliebiger Länge (vorteilhaft 60cm und 120cm)

→fehlendes Material kann bei Kursbeginn gemietet werden. Die Mietkosten sind im Kurspreis inbegriffen

3. Bekleidung

Der Kurs findet drinnen statt. Aufgrund des spezifischen Gebäudecharakters ist es aber drinnen meist kälter als draussen.....

4. Verpflegung

- Individuell
- ein kleiner Kiosk für Zwischenverpflegung ist vorhanden
- Mittagessen: entweder im Restaurant oder Lunchen (Mikrowellenherd und Herdplatte für vorhanden, Geschirr selber mitnehmen)