



SWISS 
SLACKLINE

Schweizer Slackline-Verband
Fédération Suisse de Slackline
Federazione Svizzera Slackline
Swiss Slackline Association

info@swiss-slackline.ch

www.swiss-slackline.ch

facebook.com/swisslackline

Highlinen – Die 10 wichtigsten Punkte

Bernhard Witz & Thomas Buckingham

Februar 2014, Version 3.0



Dieses Werk bzw. Inhalt steht unter einer Creative Commons
Namensnennung - Weitergabe unter gleichen
Bedingungen 4.0 Unported Lizenz, International

Foto: Bernhard Witz
Mönchsbüffel Highline - 70m
Fotograf: Thomas Buckingham

Highlinen – Die 10 wichtigsten Punkte

Die folgenden 10 Punkte sollen dazu beitragen, die häufigsten Fehler beim Aufbau und der Begehung einer Highline zu vermeiden um Unfällen vorzubeugen.

1. Die ersten Highlines **zusammen mit erfahrenen Highlinern aufbauen**, um von ihnen die Basics zu lernen. Gleichwohl ist es wichtig, dass jeder selber alles prüft und kritisch hinterfragt.
2. **Solide Slacklinefähigkeiten** werden empfohlen. Standardtechniken wie der „Chongo-Sitzstart“, sich an der Leash hochziehen und von unten auf die Line drehen müssen beherrscht werden. Wir empfehlen eine Begehung von 50 Metern am Boden als Mindestvoraussetzung.
3. Alle sicherungsrelevanten Komponenten eines Highline-Systems müssen **doppelt abgesichert (redundant)** sein. Die Slackline wird mit einem Seil untersichert. Das Seil muss so befestigt werden, dass es auch noch hält, falls die Verankerung der Slackline versagen sollte.
4. Das Highline-System muss **vor Abrieb und scharfen Kanten geschützt** werden. Insbesondere das gespannte Band kann schnell durchscheuern.
5. Die Highline sollte **mindestens 1/3 der Länge + 3m Meter ab Boden** gespannt werden. Beim Versagen des Bandes und einem Sturz in das Backupseil droht sonst ein Aufschlag. Dabei sollte eine Highline für Anfänger **mindestens 10 Meter Länge** haben, damit die Kräfte auf Körper und Material beim Stürzen nicht zu stark ausfallen.
6. **Alukarabiner sind für die Befestigung einer Highline tabu**. Sie brechen unter der Dauerschwellbelastung einer Slackline. Vorsicht: Bereits geschwächte Alukarabiner können bei einem Klettersturz brechen.
7. Das Sicherungsseil (Leash) des Highliners **nicht mit einem Schraubkarabiner** an der Highline befestigen. Es besteht die Gefahr, dass er sich öffnet oder die Slackline beschädigt wird. Geeignet sind geschmiedete Ringe aus Stahl oder Aluminium.
8. **Partnercheck** vor dem Loslaufen: Wurde die Leash mit einem doppelten Achterknoten korrekt am Klettergurt befestigt? Ist der Klettergurt richtig angezogen? Ist der Aufbau der Highline sicher?
9. **Nicht vom Rand aus loslaufen**, sondern immer mit einem Sitzstart einige Meter entfernt vom Fixpunkt beginnen und vor dem Ende absitzen. Ein Aufprall bei einem Sturz in Anknernähe kann so verhindert werden.
10. Empfehlenswert sind **Schuhe**, lange Hosen/Ärmel sowie Handschuhe um sich vor Verletzungen beim Highlinen zu schützen. **Scharfe Gegenstände** (Hosenknöpfe, Uhr, Schmuck, etc.) sollten nicht auf der Highline getragen werden, da sie die Slackline beschädigen können.

Wir legen jedem Highliner nahe, sich geeignetes Highline-Material anzuschaffen, da **handelsübliche Slackline-Sets in fast allen Fällen zum Highlinen ungeeignet** sind. Das Wissen über Highline-Rigging (Aufbau), den Umgang mit Highline- und Klettermaterial, die (Selbst)Sicherung im absturzgefährdeten Gelände sowie Highline-Rettungstechnik und Erste Hilfe sind wichtige Grundvoraussetzungen für die sichere Ausübung des Sports.

Das **Einrichten von Verankerungen** für eine neue Highline am Fels ist Profis vorbehalten und sollte im Einklang mit der Highline-Ethik erfolgen.

Mehr Informationen zu den aufgeführten Themen sind unter www.swiss-slackline.ch verlinkt.