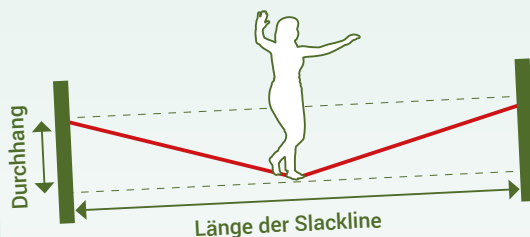


6. KRÄFTE ABSCHÄTZEN LEICHT GEMACHT

So geht es:

1. Länge der Slackline schätzen oder mit Meterschritten ablaufen
2. Durchhang in der Mitte abschätzen, indem du dich draufsetzt
3. Kraft mit Formel oder App berechnen



$$\frac{\text{Körpergewicht (in kg)} \times \text{Länge (in m)}}{\text{Durchhang (in m)} \times 4} \approx \text{Kraft im System (in kg)}$$

Typische Kräfte beim Slacklinen



Handy-App: »SlackCalc«

Mit SlackCalc sparst du dir das Kopfrechnen.



Android



iOS

Kontakt / Notiz:

Die Grundsätze des SLACKLINENS

Alle können es schnell und sicher lernen!



Herausgeber:



Partner:



Schweizer Slackline-Verband
www.swiss-slackline.ch

Österreichischer Slackline-Verband
www.slacklineverband.com

Beratungsstelle für Unfallverhütung
www.bfu.ch

www.slacklineverband.com

www.swiss-slackline.ch

1. PLATZWAHL: WO GEHEN WIR HIN?



- ➔ **Informiere dich bei SlacklinerInnen** in deiner Nähe, im Web und über soziale Medien
- ➔ **Wege nicht kreuzen und volle Wiesen meiden**
 - im Zweifelsfall auf einen anderen Platz ausweichen
- ➔ **Lass deine Slackline nie unbeaufsichtigt**
 - damit niemand darüber fällt oder hineinfährt
 - markiere die Slackline falls notwendig
- ➔ **Baue deine Slackline vor der Dämmerung ab**

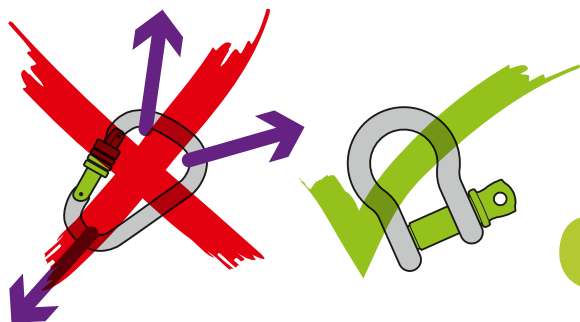
2. VERANKERUNG: WO BEFESTIGEN?

- ➔ **Wähle gesunde Bäume mit mindestens 30 cm Durchmesser** (= 100 cm Umfang) auf Höhe der Umschlingung.
 - bewegt sich der Baum ist er nicht geeignet
- ➔ **Masten, Laternen und Geländer halten den Kräften meistens nicht stand**



Tipp!
Verwende zum Messen deine Rundsclingen. Mit einfachen Markierungen machst du aus deiner Rundschlinge ein praktisches Massband.

3. KLETTERMATERIAL: NICHT VERWENDEN!



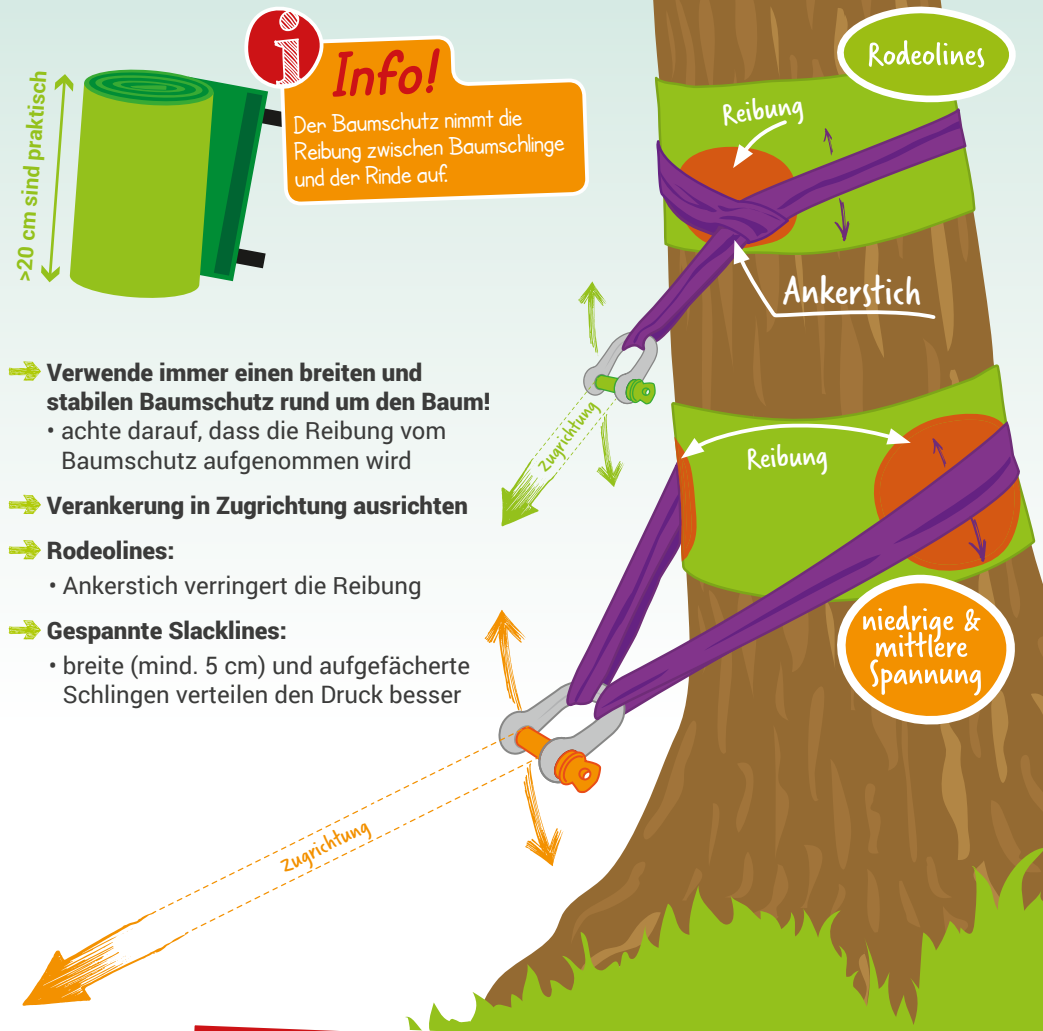
Karabiner
(Dreiecksbelastung vermeiden)

Schäkel

- ➔ **Alu-karabiner können beim Slacklines brechen!**
Falls schon verwendet, nicht mehr zum Klettern benutzen
- ➔ **Karabiner nicht in drei Richtungen belasten** (siehe Abbildung links). Gilt auch für Stahlkarabiner

Tipp!
Benutze vorzugsweise Schäkel (viel höhere Bruchlast) anstelle von (Alu-)Karabinern! Schäkel mit 1-2+ Nutzlast (=WLL) sind praktisch.

4. SAUBER UND SICHER VERANKERN



- ➔ **Verwende immer einen breiten und stabilen Baumschutz** rund um den Baum!
 - achte darauf, dass die Reibung vom Baumschutz aufgenommen wird
- ➔ **Verankerung in Zugrichtung ausrichten**
- ➔ **Rodeolines:**
 - Ankerstich verringert die Reibung
- ➔ **Gespannte Slacklines:**
 - breite (mind. 5 cm) und aufgefächerte Schlingen verteilen den Druck besser

5. ALLES IMMER DOPPELT PRÜFEN

- ➔ **Vier Augen Prinzip:** Kontrolliert euch gegenseitig beim Auf- und Abbau
- ➔ **Doublecheck:** Lege eine leichte Grundspannung an und überprüfe noch einmal den gesamten Aufbau.
 - Prüfe: Sind alle Schäkel zugeschraubt?

Tipp!
Sichere die Metallteile mit dem Restband oder einem Seil zurück.