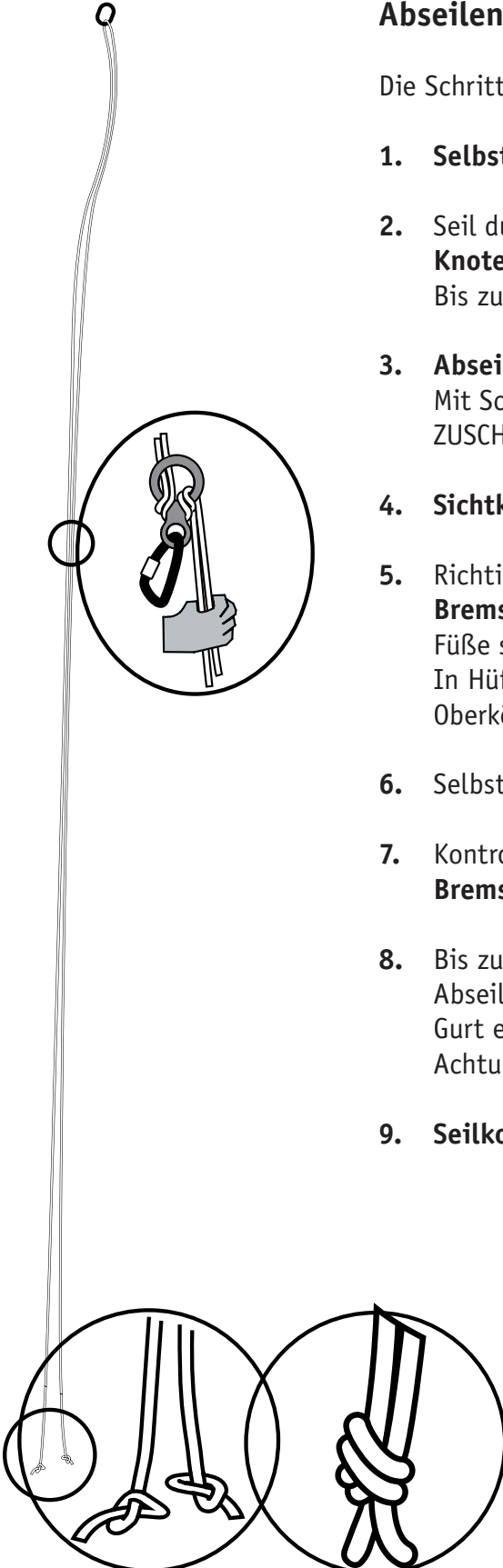


Abseilen

Die Schritte die **IMMER** in dieser Reihenfolge zu beachten sind.

1. **Selbstsicherung** in die Abseilöse einhängen **ZUSCHRAUBEN!**
2. Seil durch die Abseilöse fädeln.
Knoten in BEIDE Enden.
Bis zur Mitte durchziehen.
3. **Abseilachter richtig ins Seil einhängen.**
Mit Schraubkarabiner in Anseilschlaufe vom Gurt einhängen.
ZUSCHRAUBEN!
4. **Sichtkontrolle:** ist alles richtig?
5. Richtige Körperposition einnehmen
Bremshand ans Bremsseil.
Füße schulterbreit auseinander.
In Hüftgurt setzen!
Oberkörper zurücklehnen.
6. Selbstsicherung entlasten und aushängen.
7. Kontrolliert das Bremsseil durch die Bremshand rutschen lassen.
Bremshand darf NIE loslassen!
8. Bis zum Standplatz oder Boden abseilen.
Abseilachter aus dem Seil aushängen und in Materialschlaufe am Gurt einhängen.
Achtung, Abseilachter kann heiß sein!
9. **Seilkommando „Seil Frei!“**



Achtung die Knoten im Seilende können sich leicht in Felsspalten verklemmen.