

Die Schweizer Abseilmethode



mit Sackstich abgeknotet

zwei unterschiedliche Karabiner im Reverso bringen mehr Reibung

web Tipp

ein kleiner Karabiner für die Selbstsicherung geht auch in Bolts mit wenig Platz

Prusik Schnurr nicht weniger als 6 mm

in Beinschlaufe mit Schraubkarabiner fixiert