

Slackline Parcours

Im Fokus steht die Weiterentwicklung von Teamzusammenarbeit und Vertrauen durch eine präzise Absprache der Vorgehensweise.

Ziel

Ziel ist es, dass alle Teammitglieder den Niedrigseilparcours durchlaufen, ohne den Boden zu berühren.

Material

Für den Aufbau wird das Materialset Niedrigseilgarten benötigt. Außerdem ist es hilfreich, die Checkliste für den Niedrigseilgarten dabei zu haben, damit alle wichtigen Hinweise zum Verhalten an die Teilnehmenden gelangen.

Wenn die alternative Variante genutzt werden soll, in der sich die Teilnehmenden gegenseitig unterstützen dürfen, braucht es noch ein bis zwei Klettergurte und dieselbe Anzahl an Augenbinden. Pro Klettergurt werden 2-4 Bandschlingen oder 2-4 Seilstücke benötigt.

Vorbereitung

Im Voraus sollte ein geeigneter Ort für diese Übung gefunden werden. Dieser besteht aus vier Bäumen, die in einer Art Z angeordnet sind. Die Bäume sollten jeweils nicht mehr als 4 bis 4,5 m voneinander entfernt sein. Wichtig ist, dass die Personen sich gegenseitig unterstützen können. Da maximal 4 Personen auf einer Teilstrecke stehen dürfen, sollte jede Teilstrecke maximal die Länge haben, dass sich vier Personen mit ausgestreckten Armen berühren können.

Wenn ein solcher Ort gefunden ist, wird die Slackline zwischen den Bäumen gespannt. Dabei ist den Gebrauchshinweisen in der Anleitung Folge zu leisten. Sollte sich bei der Prozessveränderung dafür entschieden werden, dass die Teilnehmenden die Parcours aufbauen sollen, muss im Voraus nur der geeignete Ort gefunden werden. Nach dem Aufbau hat der Trainer die Aufgabe, den Aufbau des Niedrigseilgartens zu überprüfen.

Sicherheit

Es sollte stets für die Sicherheit aller Beteiligten gesorgt werden. Dabei ist darauf zu achten, dass bis auf eine Höhe von ca. 2,5 m keine spitzen Äste aus dem Baumstamm ragen. Auf die Bodenbeschaffenheit sollte auch geachtet werden: kein Betonboden, keine Unebenheiten, Wurzeln oder andere Stolperfallen. [Guidelines zur Sicherheit findest Du hier.](#)

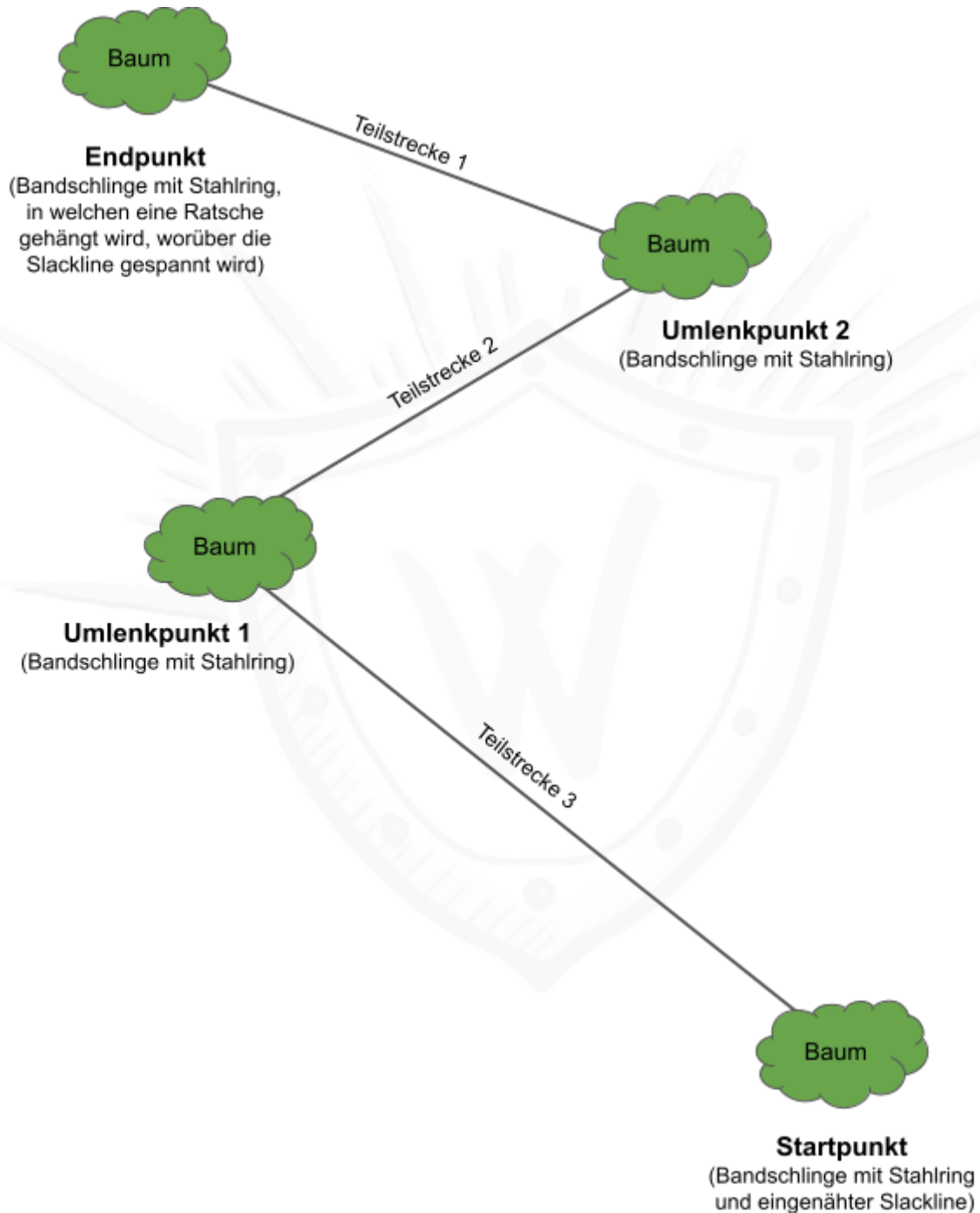
Rahmen

Dem Team wird zu Beginn der Aufgabe der Niedrigseilparcours gezeigt, den alle Teammitglieder durchqueren sollen, und die folgenden Regeln erklärt:

- Jedes Teammitglied muss den Parcours ohne Bodenkontakt durchlaufen.
- Berührt eine Person den Boden, muss sie von vorne beginnen.
- Es dürfen nie mehr als vier Personen auf einer Teilstrecke stehen.

- Insgesamt dürfen sich nicht mehr als zehn Personen gleichzeitig auf dem gesamten Parcours befinden.
- Jede Regelverletzung kann zum sofortigen Neustart führen.

Beispielaufbau



Variante

Wenn eine teilnehmende Person Schwierigkeiten hat oder es aus anderen Gründen zur Gruppe passt, kann diese

Variante angewandt werden:

Eine Person zieht einen Klettergurt an. An diesem sind 2-4 Bandschlingen oder Seilstücke befestigt. An jedem Ende steht jeweils ein Teammitglied. Ziehen alle gleichzeitig, wird die Person auf dem Parcours ("Spaceman / Spacewoman") gestützt, wodurch es einfacher ist, den Parcours zu durchlaufen.

Zusätzlich kann die Person auch blind gemacht werden, um es noch herausfordernder zu gestalten. Dabei sollte darauf geachtet werden, dass gespottet wird, auch wenn die Person schon mit Seilstücken gesichert ist.

Beispielaufbau mit Hilfestellung

-  = Teilnehmende Person mit Klettergurt, an welchen Bandschlingen / Seilstücke befestigt sind.
-  = Bandschlingen oder Seilstücke, welche an dem Klettergurt befestigt sind
-  = Teammitglieder, welche die Bandschlingen oder Seilstücke straff ziehen, damit "Spaceman" über

