

# Inhaltsverzeichnis

Einführung .....	Seite 3
Seilgebrauch im Fels .....	5
Behandlung des Seiles .....	8
Seilknoten und Anseilen .....	9
Einfacher Sackstich oder Führerknoten / Doppelter Sackstich oder Führerknoten / Einfacher Jägerknoten / Jägerknoten mit Schulterschlinge / Doppelter Jägerknoten / Doppelter Jägerknoten mit Schulterschlinge / Gletscherknoten oder Flachsche Anseilart / Weberknoten / Prusik- od. Klemmknoten	
Gleichzeitiges Gehen am Seil .....	14
Seilsicherungen .....	15
Selbstsicherung / Schultersicherung / Schenkelsicherung / Hüftsicherung / Mauerhakensicherung / Einfache Sicherung von oben / Doppelte Sicherung von oben	
Verständigungsrufe .....	21
Rüstzeug und Seiltechnik .....	22
Felschaken / Schnappringe / Reepschnüre / Absellring / Anseilschlinge / Klettern am Doppelseil / Seilzug / Seilquergang / Geländerseil / Pendelquergang	
Das Abseilen .....	31
Dülfersitz / Hosenträgersitz / Karabinersitz	
Verhalten bei Stürzen und Bergung .....	34
Aufseilarten / Schulterhub / Schulterhub mit Prusikschlinge / Einfacher Flaschenzug / Doppelter Flaschenzug / Grammingers Trag- und Abseilgerät / Topferhaken	
Seilgebrauch in Eis und Schnee .....	40
Seilsicherungen .....	41
Schultersicherung / Pickelsicherung / Pickel- Schultersicherung / Eishaken	
Seilgebrauch auf Gletschern .....	44
Seilhilfen bei Spaltenbergung / Bilgeri- Steigbügelverfahren / Selbstbergung durch Prusikknoten / Skilauf am Seil auf Gletschern	