

## Knotenkurs

### Was

Tourtyp KU (Kurs)  
Zusatz Für junge Erwachsene von 22 bis 35 Jahre,

### Wann

Startdatum Di 5. Mai 2026 Abend  
Treffpunkt Di 5. Mai 2026, 19.00 Uhr, Wetzikon, Gelände KZO

### Wer

Gruppe Aktive, Jugend, Senioren  
Tourenleiter 1



Lorenz Biberstein

Unterkunft / Getränke und Essen nimmt jeder selber mit  
Verpflegung

Kosten CHF 5.-, TL-Spesen

Route / Details Die Knoten sind eine der wichtigen Grundlagen des Bergsteigens. In diesem Knotenkurs werden die Grundlagen wie auch die Anwendung vermittelt. Der Kurs ist für Anfänger wie auch für Fortgeschrittene geeignet und eignet sich ausgezeichnet als Basis und Aufbau für den Kletterkurs und den Hochtourenkurs.

Zusatzinfo Das Beherrschen einer Handvoll von Knoten genügt, um sich sicher in den verschiedenen Disziplinen des Bergsteigens zu bewegen. In diesem Kurs werden Anfänger ohne Kenntnisse in die Grundlagen der Knoten eingeführt. Wer bereits Erfahrung hat, kann seine Kenntnisse vertiefen und auffrischen. Wir werden stufengerechte Gruppen bilden. Thema wird sein: Achterknoten, Führerknoten, Doppelter Spierenstich, Mastwurf, Halbmastwurf, Blockierungsknoten, Seilverkürzung, Seil aufnehmen. Fortgeschrittene Themen wie Abseilen und Flaschenzüge. Je nach Teilnehmerzahl und -herkunft wird entschieden, wo der Kurs stattfindet. Evtl. teilen wir uns auf mehrere Standorte auf. Unterlagen siehe Merkblatt "Hochtouren" des ZV hier: [https://www.sac-cas.ch/fileadmin/Ausbildung\\_und\\_Wissen/Sicher\\_unterwegs/Sicher\\_unterwegs\\_Hochtouren/20220624\\_Merkblatt\\_A4-Quer-Einzelbl%C3%A4tter\\_DE.pdf](https://www.sac-cas.ch/fileadmin/Ausbildung_und_Wissen/Sicher_unterwegs/Sicher_unterwegs_Hochtouren/20220624_Merkblatt_A4-Quer-Einzelbl%C3%A4tter_DE.pdf) Es sind auch Mitglieder der Senioren, der JO und der JungenErwachsenen willkommen.

Ausrüstung Klettergurt, HMS- und Normalkarabiner, Reepschnüre, Bandschlingen, Abseilgerät. Warme Kleidung (wir sind draussen!) und Stirnlampe.

### Anmeldeinfos

Anmeldung Online von Do 5. März 2026 bis Sa 2. Mai 2026