



## Ankleiden des Springers/Gurtwahl

- Für den Springer ist, in Abhängigkeit seines Gewichtes und Statur, ein passender Gurt (XS, S, M oder L) auszusuchen. Dabei gelten folgende Gewichtsbeschränkungen der Gurte:

XS (orange)	ca. 15 bis 30 Kilogramm
S (gelb)	ca. 20 bis 35 Kilogramm
M (braun)	ca. 35 bis 65 Kilogramm
L (blau)	ca. 50 bis 90 Kilogramm

- Bei der Ankleide des Springers ist zunächst das obere Gurtband auf Höhe des Hüftknochens anzulegen und festzuziehen.
- Sodann sind die beiden Beinschlaufen des Gurtes anzulegen und straff zuzuziehen.
- Abschließend ist der Sitz des oberen Gurtbandes zu überprüfen und gegebenenfalls ist das Gurtband noch einmal nachzuziehen.
- Karabiner **nicht** in beide Schlaufen des Gurtes gleichzeitig einhängen, sondern die Schlaufe auf jeder Seite wählen, die sich möglichst in der Mitte der Körperseite des Springers befindet.



Gurttypen: Größen S-M-L



korrekt angelegter Gurt