



SWISS 
SLACKLINE

Schweizer Slackline-Verband
Fédération Suisse de Slackline
Federazione Svizzera Slackline
Swiss Slackline Association

info@swiss-slackline.ch

www.swiss-slackline.ch

facebook.com/swisslackline

Highlining – de tien belangrijkste aandachtspunten

Bernhard Witz & Thomas Buckingham

Februari 2014, versie 3.0



Dit werk is gelicentieerd onder een Creative Commons
Naamsvermelding-GelijkDelen 4.0 Internationaal

foto: Bernhard Witz
Mönchsbüffel Highline - 70m
fotograaf: Thomas Buckingham

Highlining – de tien belangrijkste aandachtspunten

De volgende 10 aandachtspunten zijn geformuleerd om ongelukken te voorkomen die veroorzaakt worden door de meest voorkomende fouten in het lopen en riggen van een highline.

1. Rig je eerste highlines **altijd samen met ervaren highliners**. Op die manier kun je de basis van hen leren. Desalniettemin iedereen wordt geacht om zelf het riggen te controleren en er kritisch naar te kijken.
2. **Degelijke slackline skills** worden aanbevolen voor je begint met highlinen. Standaard technieken als de „chongo mount“ het „leashklimmen“ en het terug omhoog zwaaien op de lijn moeten beheerst worden. We raden aan om minimaal een 50 meter lijn te kunnen lopen als voorbereiding.
3. Alle onderdelen die relevant zijn voor de beveiliging van de highline moeten **dubbel uitgevoerd (redundant)** zijn. De lijn zelf is beveiligd met een touw, dat touw moet zo bevestigd zijn dat het nog steeds een back-up biedt als de hoefdanke van de highline zelf falen.
4. Het highline systeem dient te zijn **beschermd tegen schuren en scherpe randen**, in het bijzonder de opgespannen lijn kan erg snel doorslijten.
5. De highline zou op z'n **minst 1/3 van zijn lengte plus 3 meter boven de grond** opgespannen zijn. Anders zou een val die alleen door het veiligheids- touw wordt opgevangen tot een grondval kunnen leiden. Een beginners highline zou **minstens 10 meter lang** moeten zijn om de abrupte krachten op lichaam en materiaal te voorkomen als je een leashfall maakt.
6. **Aluminium karabiniers zijn taboe als je een highline ankert**, ze zijn niet ontworpen voor de permanente krachten die optreden in een slackline en kunnen onverwachts breken. Let op: gebruik karabiniers die voor een slack/highline zijn gebruikt nooit meer voor andere activiteiten (klimmen e.d.).
7. Gebruik om de leash te bevestigen **geen schroefkarabiner**, maar een (aluminium) ring, want een karabinier kan opengaan of de slackline beschadigen.
8. Doe altijd een complete **partnercheck** voor je de lijn op gaat: is de highliner ingebonden met een dubbele 8 knoop? Is de gordel goed afgesteld? Is de highline veilig opgespannen.
9. **Begin niet met lopen vanaf je ankerpunt of rand** om te voorkomen dat je bij een val tegen de rots of het gebouw valt. Ga pas na een paar meter voorbij de rand staan en ga een paar meter voor het bereiken van het verste ankerpunt zitten. Als je hier goed op let is een grondval uitgesloten dichtbij de ankerpunten.
10. **Schoenen** lange broeken handschoenen en losse mouwen/ sleeves beschermen tegen verwondingen tijdens het highlinen. Draag geen **voorwerpen met scherpe randen**, broeksknoppen, horloges, ringen en andere sieraden. Enerzijds omdat ze de slackline kunnen beschadigen, anderzijds om verwondingen bij een val te voorkomen.

We adviseren iedere highliner om te investeren in materialen die specifiek bedoeld zijn om mee te highlinen, **omdat gangbare slackline sets in bijna alle gevallen niet ontworpen zijn om mee te highlinen**. Kennis over het opspannen van een highline het hanteren van klim en highline materiaal, het zichzelf kunnen beveiligen in steil terrein, en zeker ook highline reddingstechnieken en ehbo zijn belangrijke behoeften om veilig deze tak van sport te kunnen beoefenen.

Het **plaatsen van boorhaken** en verankeringen voor een highline in de rots is voorbehouden aan professionals.

Meer informatie over de genoemde onderwerpen is te vinden op www.swiss-slackline.ch.