

Hochseilgarten: Abseilen

Wortschatz: „Ausrüstung“

s Seil, -e	r Helm, -e	r Gurt, -e	r Karabiner, -
r Abseilachter, -	r Knoten, -	e Wand, -ä-e	r Fels, -en

Redemittel: „Aktivitäten beim Ablassen“

Man muss die Füße gegen die Wand stemmen.
Man muss die Beine spreizen.
Man muss die Beine waagrecht halten.
Man muss den Oberkörper von der Wand wegbringen.
Man muss sich mit dem Oberkörper zurücklehnen.
Man muss sich in den Gurt setzen.
Und dann muss man die Wand herunterlaufen.

Redemittel „Steuerung“ / „Befindlichkeit erfragen und äußern“ / „Vertrauen geben“

Ich bin bereit.	Wie geht's?	Wir sind bereit.
Es kann losgehen.	Super.	Wir sichern dich.
Langsamer!	Gut.	Keine Angst. Wir halten dich.
Schneller!	Es geht.	Gut so.
Stopp!	Ich weiß nicht.	Wir lassen dich runter.
Ich brauche eine Pause.	Nicht so gut.	Super.