

Express

Spielbeschreibung	Drei bis vier Kletterer sind mit einem oder mehreren Seilstücken miteinander verbunden. Abstand 2-3 Meter. Die Teilnehmer können sich direkt mit Schraubkarabiner ins Seil einbinden. Besser: Um einer möglichen Mitreißgefahr bei einem Sturz zu entgehen, können sich die Spieler den Knoten auch einfach nur in die Hose stecken. Die Kletterer müssen gemeinsam eine vorgegebene Strecke (Quergang) abklettern und dabei das Seil in die vorbereiteten Expressschlingen ein- bzw. aushängen.
Wandstruktur	Quergang in Absprunghöhe, Wand maximal senkrecht mit großen Griffen zum Ein- bzw. Aushängen des Seils.
Vorbereitung/ Hilfsmittel	Expressen an vorhandenen Haken bzw. vorbereiteten Schlingen einhängen.
Organisation/ Anweisungen	Alle Teilnehmer müssen am selben Tritt bzw. Griff der Reihe nach starten.
Teilnehmerzahl	3-4 Personen
Teilnehmeralter Könnenstand	Fortgeschrittene; die Technik des Seil-ein- bzw. ~aushängens sollte vorher geübt werden.
Zeit	Gemessen wird die Zeit, die eine "Seilschaft" für den vorgegebenen Quergang benötigt.
Sicherung	Durch eingehängtes Seil.
Punkteschlüssel	Für den bewältigten Quergang gibt es eine Gesamtpunktzahl, z.B. 50 Punkte.
Spaßfaktor (1-10)	6
Schwierigkeit [o] - [+++]	kognitiv emotional sozial kondit. technisch taktisch + + ++ + + +++
Variation	