

Inhalt

Vorwort	8
1 Einleitung	11
1.1 Einige Begriffe	13
1.2 Philosophie	13
1.3 Geschichte	14
1.4 Slacklinen und Seiltanzen	17
2 Für Einsteiger	25
2.1 Der erste Kontakt	25
2.2 Das große Zittern	26
2.3 Die ersten Schritte	28
2.4 Standardtricks	29
2.5 Anspruchsvollere Tricks	31
Anekdote: Ein Grazer Seiltänzer	35
3 Material	39
3.1 Slacklinesets	39
3.2 Ein wenig Physik	40
3.3 Kraftmessungen in Slacklines	41
3.4 Festigkeit	42
3.5 Bänder	44
3.6 Bandfixierung – Linelocker	48
3.7 Spannsysteme	53
3.8 Fixpunkte	61
4 Wissenschaft	65
4.1 Wie funktioniert das Balancieren auf gespannten Bändern oder Seilen?	65
4.2 Slacklinen als Therapie	68

5	Longlines	71
5.1	Material	75
5.2	Aufbau	77
5.3	Schwingungsverhalten von Longlines	78
5.4	Gegenstrategien	80
5.5	Vorübungen	81
5.6	Psyche	83
	Anekdote: Auf die Länge kommt es an?	84
6	Jumplines	91
6.1	Material	94
6.2	Kräfte	95
6.3	Die ersten Sprünge	96
6.4	Tricks	98
6.5	Jumplinecontest	112
	Anekdote: Jumplineakrobatik	114
7	Mentale Aspekte	119
7.1	Angst	119
7.2	Motivation	120
7.3	Entspannung	121
8	Highlines	123
8.1	Zwei Arten von Highlines	125
8.2	Redundanter Aufbau	125
8.3	Fixpunkte	127
8.4	Highlinespot	128
8.5	Wind	130
8.6	Die Leash	131
8.7	Vorbereitung	132
	Anekdote: Der Traum von der großen Highline	137

9	Andere Spielarten – Experimente	147
9.1	Rodeolines	147
9.2	Waterlines	149
9.3	Seile, Ketten etc.	150
9.4	Spiderweb	150
	Literatur	151
	Bildnachweis	151