

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule
Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 41 (1984)

Heft: 5

Artikel: Knoten : nützlich für jedermann

Autor: Altorfer, Hans / Bäni, Peter

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-993635>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 03.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Knoten: Nützlich für jedermann

Hans Altorfer und Peter Bäni, ETS

Warum nicht einmal eine Lektion dafür verwenden, einige Knoten zu lernen oder zu üben? Surfer, Segler, Geländesportler brauchen solche Fertigkeiten, die Bergsteiger ganz spezielle. Aber alle wären sicher schon froh gewesen, sie hätten einen Knoten am richtigen Ort machen können. Lernen ist das eine, Können das andere; Lernen braucht vorallem Konzentration und Geschick – Können sehr viel Übung.

Thema: Knoten lernen oder üben

Wo: Es braucht dazu sicher keine Sporthalle

Zeit: Zwischen 15 und 45 Minuten

Material: Seile, dicke Schnüre

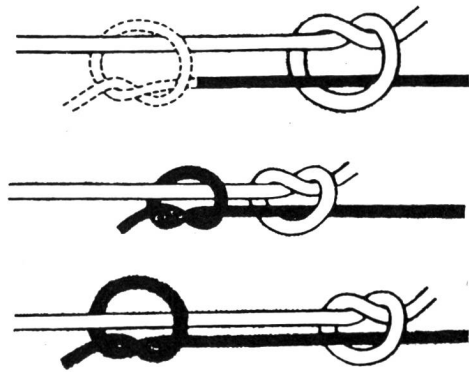
Hinweise für den Unterricht:

- beim Lernen schrittweise vorgehen
- exakt und langsam vorzeigen
- in kleinen Gruppen arbeiten
- wenn nötig Einzelhilfe geben
- genügend Material bereit stellen, damit möglichst viele gleichzeitig üben können
- man kann auch kleine Wettbewerbe einzeln oder in Gruppen durchführen

Auswahl von Knoten

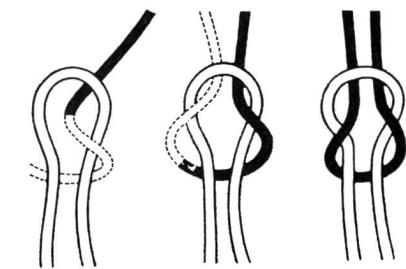
Seilverbindungen

Spierenstich oder Fischerknoten



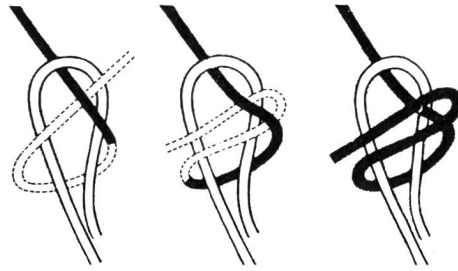
Vor allem um ungleich dicke Seile zu verbinden; lässt sich gut lösen.

Kreuzknoten oder Samariterknoten



Vor allem um gleich dicke Seile zu verbinden; nicht sehr gut lösbar. Achtung: der Knoten löst sich bei grosser Belastung; die beiden Seilenden können nochmals miteinander verknüpft werden.

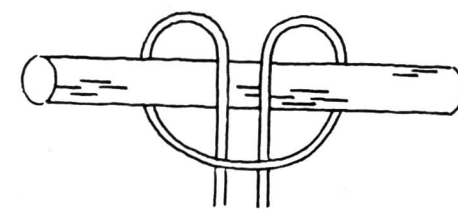
Weberknoten



Vor allem für ungleich dicke Seile; mit Schlinge löst er sich gut.

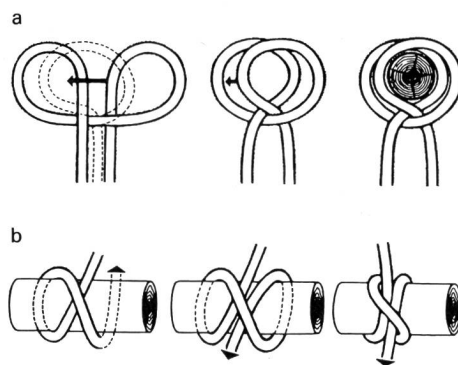
Knoten für Befestigungen

Doppelschlinge



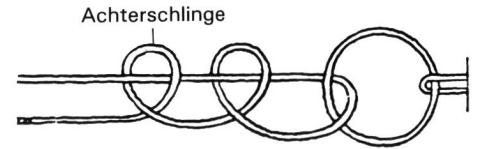
Hält nur, wenn Zug auf beiden Seilen ist; kann auch doppelt geknüpft werden.

Mastwurf



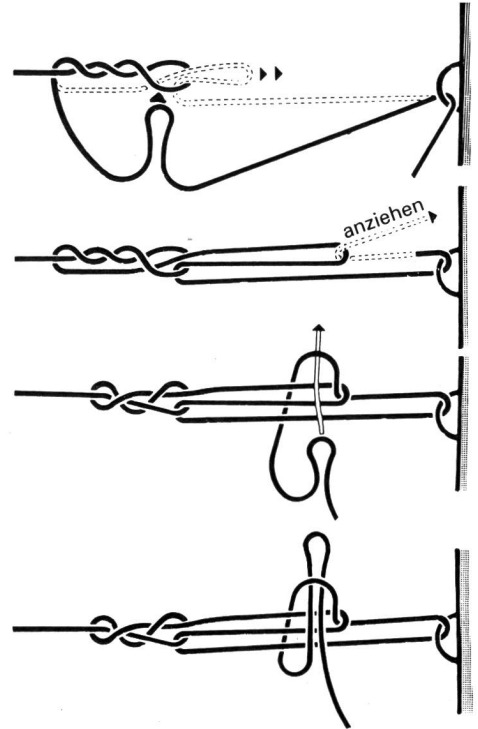
Auch für Zug an nur einem Seil. Der Mastwurf kann auf 2 Arten gemacht werden: gefädelt (a) mit 2 Schlingen hintereinander (b).

Schifferknoten



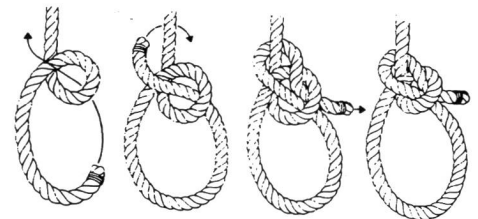
Es können noch weitere Schlingen angehängt werden; Knoten lässt sich gut lösen.

Fuhrmannsknoten oder Spanner



Zum Beispiel um eine Ladung zu befestigen oder Zeltschnüre zu spannen.

Palstek



Ein echter Seemannsknoten

Wusstest Du, dass man etwa 3800 Knoten kennt?

Literaturverzeichnis

Cotti, R. und Oberholzer, H. kennen und können. Werkbuch praktischer Jugendarbeit. Luzern, Rex-Verlag, 1976.
Zotschew, S. surf board buch. Bielefeld, Verlag Delius, Klasing & Co., 1979. – Behelf für die Grundausbildung B + F. Bern, Bundesamt für Luftschutztruppen, o.J.