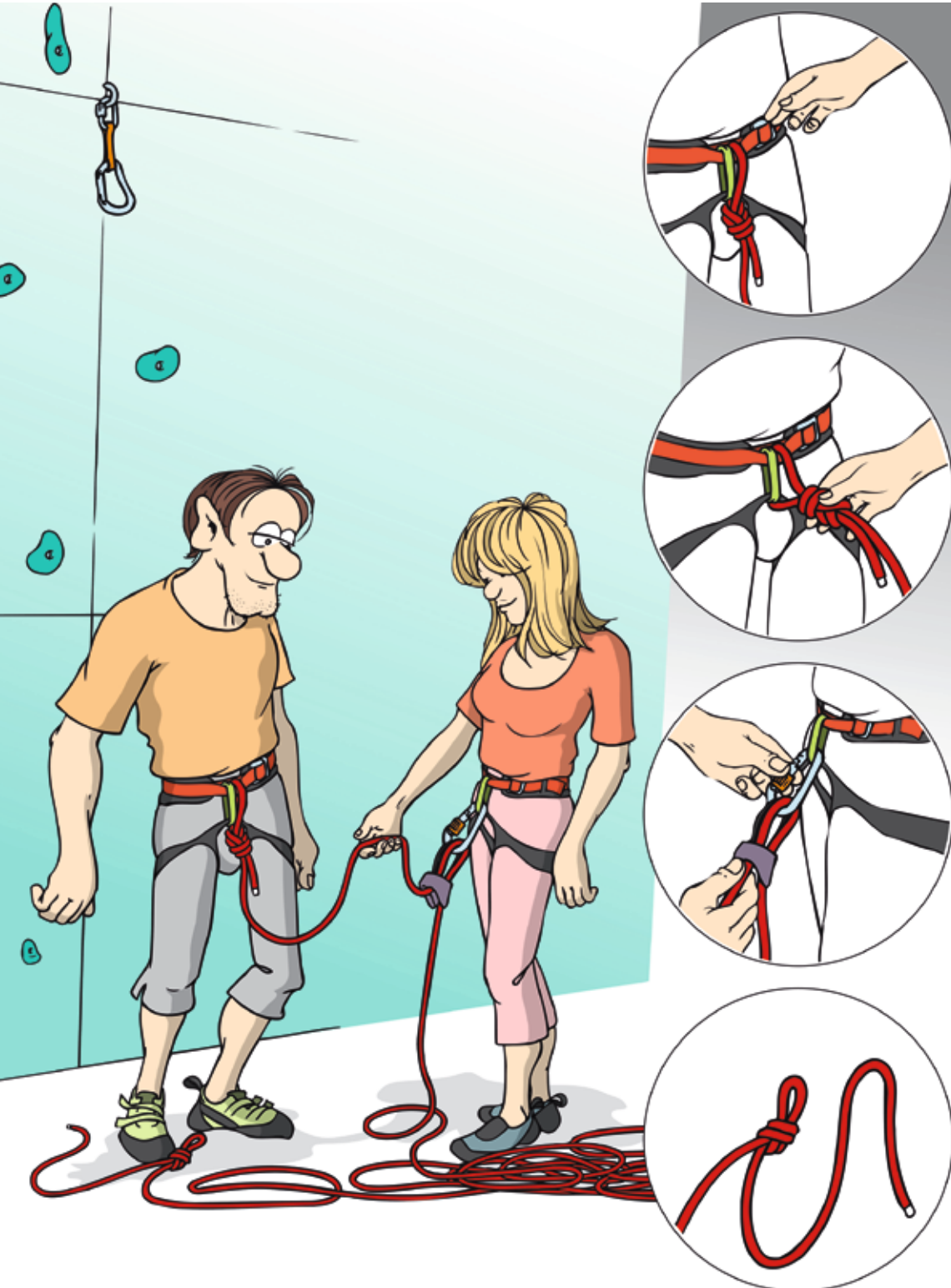


Neue Plakatserie

„Sicher klettern!“

in Hallen – Teil 1



Hallenklettern boomt, birgt aber auch spezielle Gefahrenquellen. Darauf reagierte der Alpenverein schon vor Jahren mit Empfehlungen zum sicheren Hallenklettern. Jetzt liegen die komplett überarbeiteten und aktualisierten Hallenplakate vor.

*Walter Würtl,
Referat Bergsport*

Dass sich das Klettern in Hallen (noch immer) einer zunehmenden Beliebtheit erfreut, zeigt die stetig steigende Zahl an neuen Kletteranlagen ebenso wie der allabendliche Ansturm auf die bunten Kunstwände. Die Vorteile sind unübersehbar: gute Erreichbarkeit, Wetterunabhängigkeit, große Tourenauswahl, standardisierte Sicherungen und das Fehlen von objektiven Gefahren im klassischen Sinn. Dennoch sind Kletterhallen immer wieder Schauplätze dramatischer Unfälle – neue, bislang unbekannte Gefahrenquellen haben sich aufgetan, auf die man erst reagieren musste. Eine Reaktion war die erste Ausgabe der Empfehlungen des Alpenvereins zum sicheren

Partnercheck vor jedem Start

Plakate: OeAV, DAV, AVS, SAC

Klettern in Hallen „Check and Climb“. Mittlerweile in die Jahre gekommen wurde es Zeit, diese Sicherheitshinweise zu überarbeiten, mit einem neuen Layout zu versehen und an die aktuellsten Erkenntnisse anzupassen. Dabei ist es gelungen, die neuen Empfehlungen als Gemeinschaftsprojekt von OeAV, DAV, SAC und AVS auszuarbeiten. Eine Zusammenarbeit, die einerseits die Kompetenz der deutschsprachigen Alpenvereine bündelt und andererseits einen großen Vorteil bei der Herstellung und Verbreitung bietet.

Im folgenden ersten Teil werden fünf der zwölf neuen Plakate vorgestellt und erläutert, im zweiten Teil folgen dann die restlichen Plakate.

1. Partnercheck vor jedem Start!

Der konsequent durchgeführte Partnercheck ist im Klettern eine Standardmaßnahme, das heißt, dass er unabhängig von Partnern, Routenlänge oder Schwierigkeit immer durchgeführt wird. Ziel des Partnerchecks ist es, die Aufmerksamkeit auf bestimmte Punkte zu richten, um zu kontrollieren, ob man bereit für das Klettern ist.

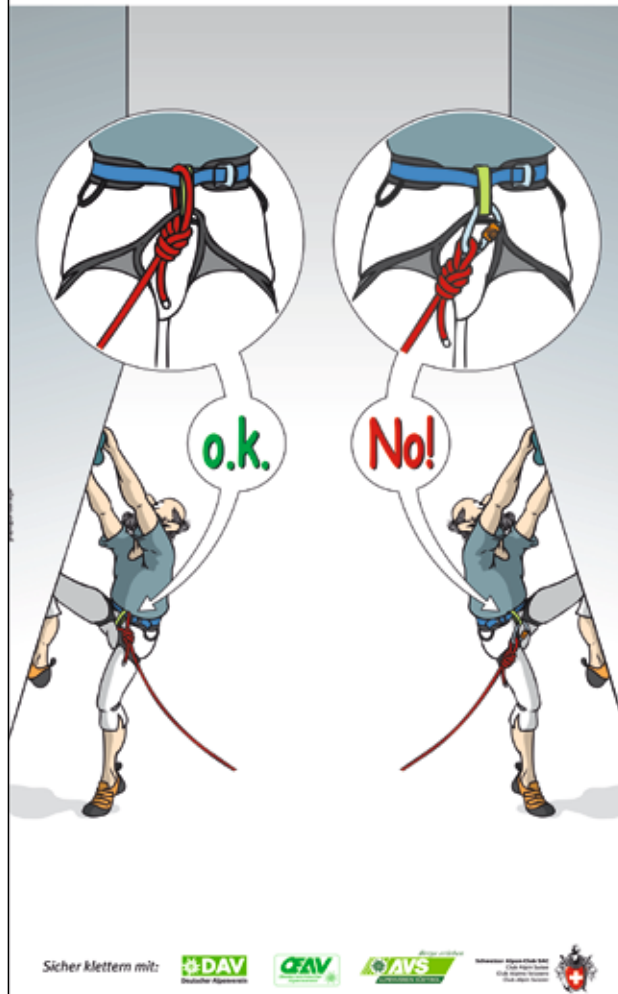
Erfahrungsgemäß kommt es auch bei routinierten Kletterern immer wieder durch Nachlässigkeit und Ablenkung zu Unfällen, die durch den Partnercheck einfach und zuverlässig vermieden werden können.

Wichtig beim Partnercheck ist, dass man nicht nur schnell hinschaut, sondern auch tatsächlich manuell überprüft, ob:

- der Gurtverschluss zurückgefädelt bzw. geschlossen ist
- der Anseilknoten und der Anseilpunkt richtig sind

Im Vorstieg direkt einbinden!

► im Toprope auch mit zwei gegengleichen Karabinern möglich



- der Karabiner zugeschraubt ist und das Seil richtig im Sicherungsgerät liegt
- das Seilende abgeknotet ist

Der Partnercheck setzt eine positive Einstellung voraus. Es geht nicht darum, dass man dem Kletterpartner misstraut und ihn deshalb kontrolliert, sondern darum, dass sich Fehler leicht einschleichen können, die bei einem korrekten Partnercheck vermeidbar sind.

2. Im Vorstieg direkt einbinden!

Beim Klettern im Vorstieg bindet man sich stets direkt

ein! Als Anseilknoten wird grundsätzlich nur der gesteckte Achterknoten empfohlen. Dieser ist einfach zu machen und lässt sich aufgrund des klaren Knotenbildes auch gut kontrollieren. Das Auge sollte so klein wie möglich ausfallen, das heißt, der Knoten selbst sollte möglichst nahe beim Gurt gemacht und gut festgezogen werden. Das Ende sollte mindestens eine Handbreite (10 cm) vorstehen, jedoch auch nicht viel länger sein.

Um sich direkt einzubinden, wird das Seil am Gurt durch die beiden Schlaufen von Hüftgurt und Beinschlaufe

Ein UFO?

Nein, Simone* beim Training.



ULTRA BELT

Extrem leistungsstarke Stirnlampe für Sport und Abenteuer

350 Lumen / 495 g, 230 g auf dem Kopf: außergewöhnliches Verhältnis Leistung/Gewicht ■ hervorragender Tragekomfort und Halt auf dem Kopf ■ Lithium-Ionen-Akku: 4 Stunden Leuchtdauer ■ Reservemodus und Batteriezustandsanzeige ■ Modulkonzept.

megalo3

www.petzl.com/ultra

PUREPOWER by PETZL

* Simone Niggli, vierzehnmalige Weltmeisterin im Orientierungslauf

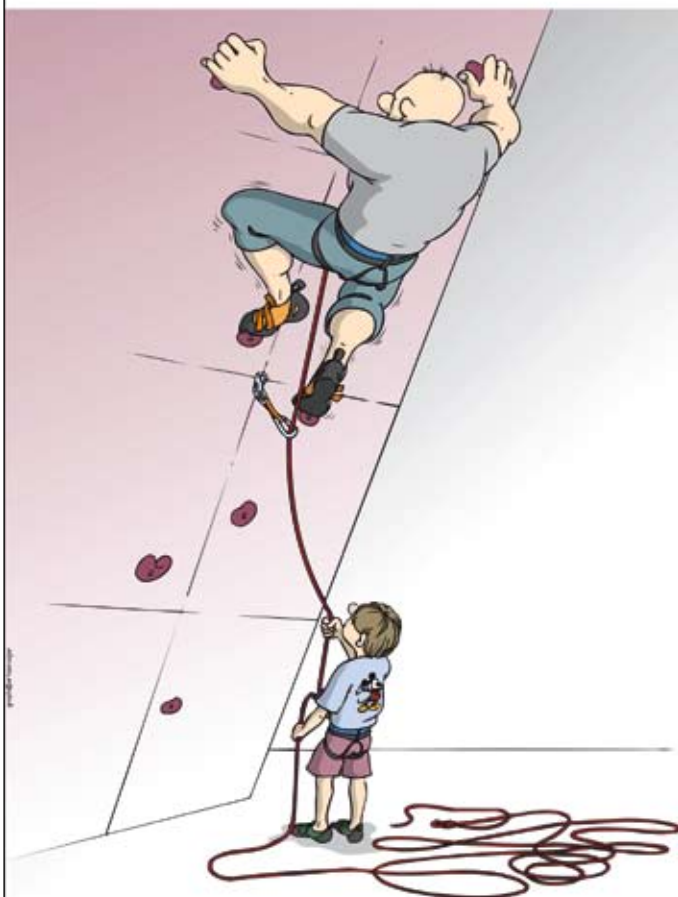
fen gefädelt. Das direkte Einbinden in den vernähten Ring am Gurt ist nicht empfohlen, dieser dient u. a. zum Einhängen des Sicherungsgerätes beim Sichern und beim Abseilen, zum Einbinden eines Klettersteigsets bzw. um im Toprope das Seil mittels Karabiner einhängen zu können. Das Topropeklettern stellt auch eine Ausnahme des direkten Einbindens dar. Obwohl man sich auch hier direkt einbinden sollte, ist das Anseilen auch über zwei gegengleiche Karabiner möglich.

3. Kinder nicht überfordern!

Obwohl das Klettern in Hallen und im Klettergarten auch für Kinder eine optimale sportliche Betätigung ist, gilt es zu beachten, dass diese nur eine eingeschränkte Konzentrationsfähigkeit haben. Insbesondere bei jüngeren Kindern kann kein ausgeprägtes Verantwortungsbewusstsein vorausgesetzt werden – das Risiko und seine Folgen ist für Kinder nicht ein-

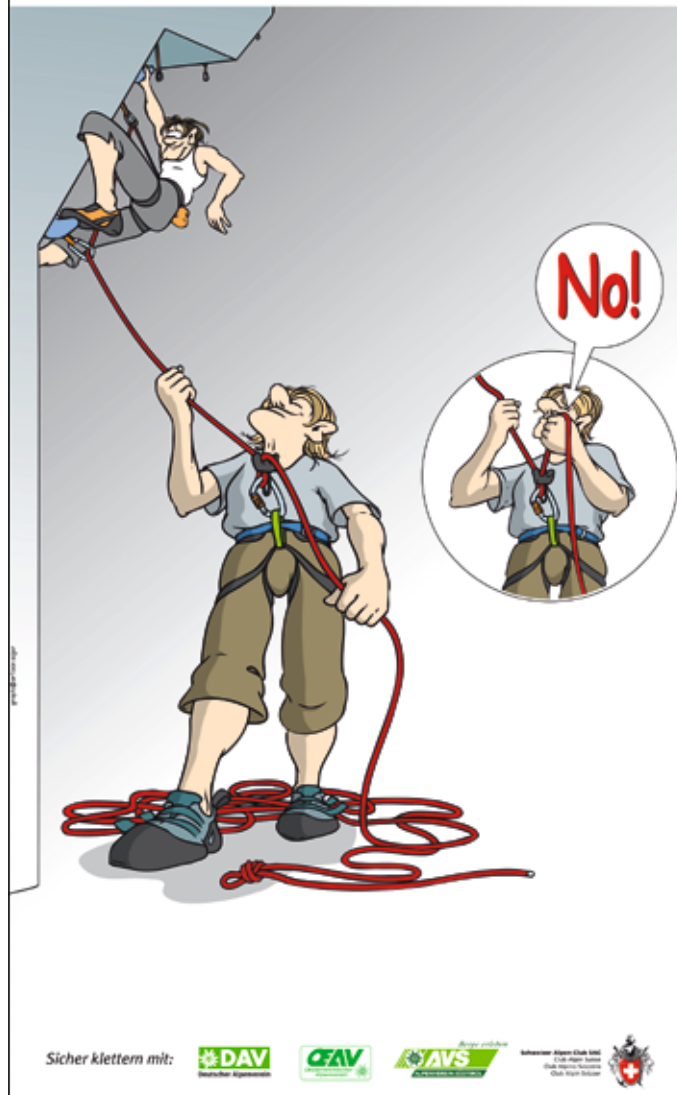
Kinder nicht überfordern!

- ▶ eingeschränkte Konzentrationsfähigkeit
- ▶ geringe Handkraft
- ▶ Gewichtsunterschied beachten



Sicherungsgerät richtig bedienen!

- ▶ nur mit vertrauten Geräten sichern
- ▶ immer mit einer Hand das Bremsseil umschließen
- ▶ korrekte Position der Bremshand beachten
- ▶ Gewichtsunterschied berücksichtigen



zuschätzen, demnach darf man ihnen auch Sicherungsaufgaben nur bedingt überantworten.

Eine Angabe eines Mindestalters ist nur schwer möglich, da Kinder individuell verschieden sind. Während manche schon mit 10 Jahren sehr verlässlich sind und auch technisch einwandfrei sichern können, sind andere Kinder erst ab 12 Jahren so weit, dass sie andere Kinder korrekt sichern können.

Jedenfalls empfiehlt es sich, Kinder sorgfältig zu beaufsichtigen bzw. zwei Kinder mit der Sicherungsaufgabe zu beauftragen.

Häufig kommt es vor, dass Kinder mit einem Elternteil zum Klettern gehen und sich dabei gegenseitig sichern. Dazu ist anzumerken, dass die Kinder vom Körpergewicht und der Handkraft her nur selten in der Lage sind, die Mama oder den Papa zuverlässig zu sichern. Der Gewichtsunterschied sollte 30 % (Erwachsener 70 kg; Kind 49 kg) nicht übersteigen. Entschärft werden kann ein großer Unterschied, indem man schon am Beginn der Tour die Seilreibung erhöht und zusätzlich die erste Zwischensicherung der Nachbarroute einhängt.

4. Sicherungsgerät richtig bedienen!

Das richtige Bedienen des Sicherungsgeräts gehört zu den Schlüsselqualifikationen im Klettern. Die mit Abstand meisten Unfälle passieren aufgrund von Fehlbedienungen der Partnersicherung. Da die Folgen eines Absturzes ohne Übertreibung „katastrophal“ sein können, ist es unbedingt notwendig, dass sich jeder Kletterer intensiv mit dem von ihm verwendeten Sicherungsgerät auseinandersetzt! Eine Grundregel dabei ist, dass man nur mit vertrauten Geräten sichert. Eine zweiminütige Einführung eines Kollegen reicht definitiv nicht aus, um fit für das sichere Halten eines unerwarteten Sturzes zu sein. Nur wer sich unter fachkundiger Anleitung mit einem Sicherungsgerät vertraut gemacht hat, kann sich mit gutem Gewissen dem Sichern seines Partners widmen. In diesem Sinne ist es auch sinnvoll, sich nicht von „irgendwem“ sichern zu lassen, sondern nur von jemandem, den man kennt oder von dem man weiß, dass er sein Sicherungsgerät beherrscht.

Für alle Sicherungsgeräte gilt das „Bremshandprinzip“ – das bedeutet, dass eine Hand stets das Bremsseil – unterhalb des Sicherungsgeräts – umschließt. Das richtige Handling bei Tubler-Sicherungen schaut zwar relativ einfach aus, ist aber alles andere als trivial, da es gilt, die Phase, in der das Seil eingezogen wird (Seil läuft nach oben aus dem Sicherungsgerät), möglichst kurz zu halten und im Falle eines Sturzes blitzartig nach unten zu ziehen. Eine

wichtige Aufgabe hat dabei die Führungshand (Sensorhand), die den Sichernden permanent darüber „informiert“ was der Kletterer gerade macht – auch wenn er nicht dauernd nach oben blickt.

Für das Sichern mit einem Halbautomaten (GriGri, Eddy, Cinch, ...) gilt es zu beachten, dass zwar manche Gefahrenquellen ausgeschaltet werden, dafür gibt es andere Aspekte, die beim Sichern berücksichtigt werden müssen. Keinesfalls sind Halbautomaten dazu geeignet, sie einem Anfänger in die Hand zu drücken und sich dann sichern zu lassen. Je nach Modell gibt es spezielle Handgriffe und Bedienungsweisen, die sicherstellen, dass der Blockiermechanismus des Sicherungsgeräts auch ordnungsgemäß funktioniert.

5. Volle Aufmerksamkeit beim Sichern!

„Sichern ist Präzisionsarbeit“ und dazu braucht es die volle Aufmerksamkeit. Der Sichernde muss sich dabei sowohl auf den Partner als auch auf die richtige Bedienung des Sicherungsgeräts (siehe Punkt 4) konzentrieren. Drei Punkte sind besonders zu berücksichtigen:

■ Kein Schlappseil!

Damit die Sturzstrecke nicht unnötig verlängert bzw. die Sturzkräfte nicht unnötig vergrößert werden, sollte niemals zu viel Seil ausgegeben werden. Das Sicherungsseil sollte nicht tiefer hängen als das Sicherungsgerät, d. h. es läuft vom Sicherungsgerät nach oben in die erste Zwischensicherung.

Volle Aufmerksamkeit beim Sichern!

- ▶ kein Schlappseil
- ▶ richtige Standortwahl
- ▶ Partner im Blick



■ Richtige Standortwahl!

Um im Falle eines Sturzes richtig reagieren zu können, ist der richtige Standort von großer Bedeutung. Circa einen Meter von der Wand entfernt und einen Meter versetzt sollte man sich als Sicherer „bewegungsbereit“ (in leichter Schrittstellung) hinstellen.

■ Partner beobachten!

Der Sicherer sollte stets wissen, was der Kletterer gerade macht. Braucht er Seil zum Einhängen? Steht ein Sturz unmittelbar bevor? Möchte

er abgelassen werden? Der Blick des Sichernden muss zwar nicht ständig nach oben gerichtet sein, er darf seinen Partner dennoch nicht aus den Augen lassen. Dies gelingt unter anderem auch mit der Sensorhand (Hand, welche oberhalb des Sicherungsgeräts ist), mit der alle Bewegungen des Seils bzw. des Kletterers wahrgenommen werden können. ■

Bis zum Erscheinen des nächsten Teils wünschen wir vom Referat Bergsport jedenfalls schöne und v. a. unfallfreie Klettertouren!

infos

WICHTIGER HINWEIS

Die neue Plakatserie „Sicher klettern“ kann klarerweise keinen Kletterkurs ersetzen – nur dort kann man nämlich alle notwendigen Fertigkeiten erwerben. Kletterkurse auf höchstem Niveau und mit qualifizierten Ausbildern bietet die Alpenverein-Bergsteigerschule, www.alpenverein-bergsteigerschule.at