

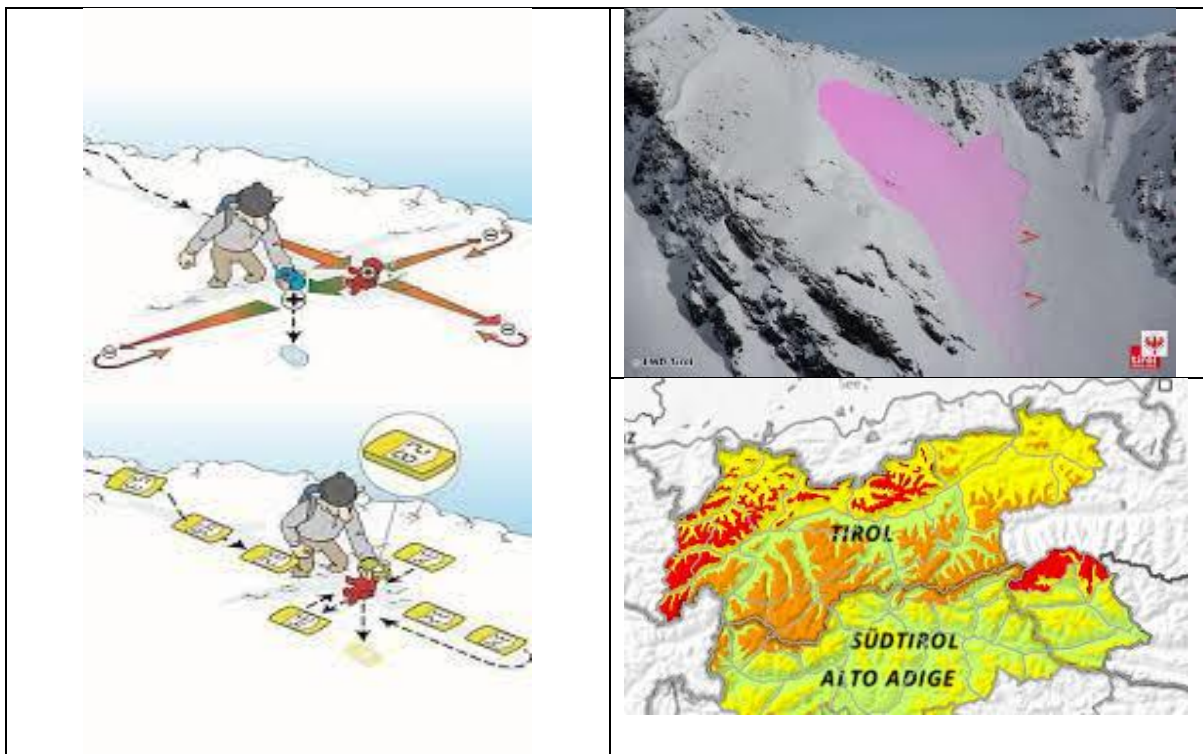
**! MIT DEM ALPENVEREIN LERNEN, WIE BERGSPORT SICHER GEHT !**

## **NOTFALL LAWINE in Theorie und Praxis**



**DI, 18.1.2022 und SO, 23.1.2022**

Skitouren erfreuen sich immer größerer Beliebtheit, doch sie bleiben ein Risikosport – trotz Lawinenlagebericht und hochwertiger Ausrüstung. In erster Linie gilt es Lawinenunfälle durch gute Tourenplanung und richtige Entscheidungen generell zu vermeiden. Jeder, der sich in den winterlichen Bergen bewegt, muss wissen, was im NOTFALL LAWINE zu tun ist - und diesen Ablauf auch regelmäßig üben. Von einer Lawine erfasst zu werden bedeutet immer Lebensgefahr, daher die überragende Bedeutung risikobewusst zu entscheiden und zu handeln, um erst gar nicht mit dieser Notsituation konfrontiert zu werden. Dennoch müssen wir auf einen Unfall vorbereitet sein. Da Lawinen nicht immer vorhersehbar sind, da wir Menschen sind und Fehler machen oder auch um anderen zu helfen. Und die Chance lebt, die Chance Leben zu retten, wenn es uns gelingt, möglichst rasch, möglichst innerhalb der ersten Viertelstunde den Kopf frei zulegen und die Atmung zu sichern. In diesem Zeitfenster, in den ersten fünfzehn Minuten, liegt die Überlebenschance jener Ganzverschütteter, die den Lawinenabgang überlebt haben, bei neunzig Prozent.



Es ist essenziell das Ablaufschema bei einem Notfall Lawine zu lernen und mindestens einmal am Beginn des Winters, besser immer wieder, zu üben. Uns muss bewusst sein, dass ein Lawinenunfall immer eine enorme Stresssituation darstellt. Und nur wenn ich ein Schema geübt, verinnerlicht habe, bin ich in der Lage situationsangepasst zu agieren, richtig zu improvisieren und Leben zu retten. Zeit ist Leben.

**DI, 18.1.2022:** Bei einem Theorieabend mit Vortragenden der Abteilung Bergsport des ÖAV lernen, was beim NOTFALL Lawine zu tun ist. Online mit einem Zoomlink (wird nach der Anmeldung per Mail zugeschickt) zu Hause oder wenn dies nicht möglich ist, gemeinsam im Fort Claudia des VZ Breitenwang.

Anschließend:

**SO, 23.1.2022:** An einem Praxistag bei einer einfachen Skitour dieses Wissen unter Anleitung der Tourenführer\*innen des ÖAV Reutte ausprobieren, üben und festigen.

**ANMELDUNG bis 17.1.2022:** Werner Gratl per WhatsApp (0650 3382733)

Werner Gratl, Alpinreferent des ÖAV Sektion Reutte