

RISIKO

Was wäre das Leben,
hätten wir nicht den Mut,
etwas zu riskieren?

Vincent van Gogh

Am Madone bei Bosco Gurin (Tessin)



Text: Andi Dick

Spiel an der GRENZE

Bergsteigen heißt immer auch: Grenzen erleben. Das ist oft mit Risiko verbunden. Doch nur wer bereit ist, Risiken zu verantworten, kann seine Grenzen erfahren und erweitern – und damit auch persönlich wachsen.



Der Chefredakteur kringelte sich vor Lachen. Auf den Bericht eines stattlich gebauten Kollegen von einem mühsamen 15-Minuten-Spaziergang zu einem Berggasthof hatte ich lapidar geantwortet: „Das ist das Schöne am Bergsteigen, dass jeder seine persönlichen Grenzen erfahren kann.“ Und das war nicht so zynisch gemeint, wie es der lachende Chef verstanden hatte, sondern ganz wörtlich: Ob jemand in 10 Stunden auf den Everest rennt oder 15 Minuten einen Spazierweg hinaufhechelt, ist nur ein Niveauunterschied. Beide erfahren die Leistungsfähigkeit ihres Körpers und – eventuell, bei Wiederho-

lung – einen Zuwachs an Können, eine Erweiterung ihrer Grenzen. Und beides, Grenzerfahrung wie Grenzerweiterung, sind elementare, bewegende Erlebnisse. Der Umgang mit Grenzen macht aus unserem Sport mehr als eine der schönsten Freizeitbeschäftigungen: eine Metapher fürs Leben, ja ein Training fürs Leben. Denn auch das Leben ist von Grenzen geprägt: von der Geburt bis zum Tod. Ohne Zellwände gäbe es kein Leben – und doch muss für die Befruchtung die Eizelle das Spermium durch diese Wand durchlassen. Gruppen wie Familie, Schulklasse, Verein, Nation geben uns Schutz durch Eingrenzung, einen sozialen Raum, in dem wir uns identifizieren und orientieren. Die Abgrenzung von den Nicht-Zugehörigen bietet Sicherheit, und die wiederum kann die Basis sein dafür, diese Grenze zu überwinden, sich auf das „Fremde“ einzulassen und dabei Neues zu lernen. So gesehen sind Grenzen auch Kontaktlinien. Grenzen sind also nichts zwingend Negatives. Sie müssen uns nicht be-grenzen wie ein eiserner Vorhang oder eine Gefängniszelle. Wir müssen nicht verzweifeln an der Erkenntnis, dass wir im ganzen Leben von Grenzen umgeben sind, die uns vermeintlich einengen und das freie Ausleben unserer Ideen verhindern. Der erste gute Schritt im Umgang mit Grenzen ist die Akzeptanz.



Foto: Jutta Schlick

Ob Genusstour (oben: Panoramaweg/Stubai) oder Grenztour (unten: Felsstürme an der Grignetta/Comer See) – letztlich nur ein Niveauunterschied



Foto: Andi Dick

Wer weiß, wo die Grenzen liegen – die eigenen (Körper, Geist) wie die von außen gegebenen (Gesetze, Normen, Natur) – der weiß auch, wie weit er gehen kann in diesem geschützten Raum. Denn innerhalb der Grenzen kann man Freiheit ausleben. Und unter Umständen kann man auch einmal den nächsten Schritt gehen, über die Grenze hinaus: Fähigkeiten erweitern, Neues erforschen, Regeln in Frage stellen. Die menschliche Ursehnsucht „zu neuen Ufern“ lebt von diesem Bild des Ufers als Kontaktlinie. Das Land ist der geschützte Raum, der uns Lebensbasis bietet, das Meer das Unbekannte, Inspirierende, Jenseitige. Schwimmend oder auf Booten darf man sich bei ruhigem Seegang hinauswagen, mit Deichen kann man sogar neuen Raum

Das ganze Leben besteht aus Grenzen. Es liegt an uns, sie als Gefängnis oder als geschützten Raum zu interpretieren

schaffen. Doch mit seinen eigenen Gesetzen, mit Wellen und Sturmfluten kann das Fremde auch zurückschlagen, so wie Krankheit oder Wirtschaftskrisen uns behindern können. Übertragen wir diese philosophischen Exkurse auf die Praxis am Berg, wird alles gleich einfacher: „Tu, was du kannst, überlege, was du willst und darfst – und freue dich, wenn du besser wirst.“ Oder auch: „Die Grenzen der menschlichen Fähigkeiten werden durch ständiges Bemühen erweitert“ – ein japanisches Sprichwort, das mir Junko Tabei, die erste Frau auf dem Everest, als Kind in einen Kletterführer geschrieben hat. Andererseits kann der philosophische Über-Blick unsere Bewertung unserer Bemühungen verändern. Da zeigen sich Training und Streben nach Leistung als natürliche menschliche Grundtriebe.

Doch auch eine gemütliche Genusstour lässt sich selbstbewusst und stolz genießen als „well within my limits“ (gut innerhalb meiner Grenzen), als Ausnutzen des geschützten Raums. Und Scheitern verliert an Bitterkeit, wenn man es als Lernen betrachtet, als Akzeptanz momentaner Grenzen mit der Option auf einen zweiten Versuch. Es gibt verschiedene Arten von Grenzen im Bergsport. Sachliche wie die Naturgesetze (Schwerkraft, Sauerstoffgehalt der Luft) und Naturgefahren (Lawinen, Eisschlag) – sie muss man kennen, ändern kann man nichts daran. Beeinflussen können wir dagegen die persönlichen Grenzen: Kraft, Beweglichkeit, Kondition und Technik lassen sich genauso trainieren wie Wissen und Psyche. Hier liegt das wichtigste Spielfeld des Grenz-Überschreitens, das „schneller, höher, weiter“, das auch uns Bergsportler treiben kann; ob wir den ersten Viertausender besteigen wollen, den ersten Sechser vorsteigen oder ob begabte Spitzenleute neue Rekorde aufstellen. ►

Risiko im Bergsport

kommentar

Ein abgestürzter Extremkletterer ist heutzutage für die organisierte Bergrettung eher selten. Ursachen für das Ausrücken der Bergwacht sind eher in den vielen neuen Arten des alpinen Breitensports zu suchen. Dabei ist ein Absinken des Risikobewusstseins der Wanderer, Bergsteiger, Radler und Kletterer bemerkbar. Gründe dafür sind die ungenügende Kenntnis der objektiven und subjektiven Gefahren, die in alpinem Gelände lauern, Überschätzung des Materials und schlichtweg der Wunsch nach immer mehr Erlebnis („fun“), ohne die Gefahren abschätzen zu können. Viele suchen die Einsamkeit der Natur oder die grandiose Berglandschaft, ohne zu bedenken, dass in einem alpinen Umfeld nicht innerhalb weniger Minuten Hilfe am Unfallort ist. Oft ist schon das Absetzen des

Notrufs nur mit Verspätung möglich, was die Rettung abermals verzögert. Und wenn dann die Berg- oder Luftrettung eintrifft, ist ein Abtransport gelände- oder wetterbedingt auch nicht immer so einfach durchzuführen wie im Flachland.

Ein Wanderer muss nicht einmal einen Unfall erleiden, um medizinische Hilfe zu benötigen. So haben die Bergrettungsorganisationen immer öfter mit den üblichen Krankheiten der Bevölkerung zu tun. Ob Asthma, Diabetes oder ein Herzleiden – so gut es ist, dass auch Menschen mit diesen Erkrankungen in die Berge gehen können, aber in einem Notfall kann der Notarzt eben nicht innerhalb von Minuten helfen, was leider häufig vergessen wird. Auch über das Risikomanagement der Bergretter selbst werden sich in letzter Zeit viel mehr Gedanken gemacht. So ist es fraglich, ob es sinnvoll ist, einen Sondiertrupp von 50 ehrenamtlichen Bergwachtlern auf einen Lawinenkegel zu schicken, wenn Nachlawinen drohen und die Verschüttungsdauer schon mehr als zwei Stunden überschritten ist. Hier haben die Einsatzleiter abzuwägen, welches Risiko sie ihren Einsatzkräften zumuten können und in welchem Verhältnis dies zu den Chancen einer Rettung steht. Der heroische (= risikofreudige) Retter à la Luis Trenker ist heute jedenfalls nicht mehr gefragt!

Matthias Schmidberger,
Ausbildungsleiter Bergwacht München,
Dipl. Wirtschafts- und Erlebnispädagoge,
Lehrrettungsassistent



Foto: Nikolai Ritzkowsky



Foto: Andi Dick

Am winterlichen Jubiläumsglat, rechts: In der Nordflanke des Wilden Hinterberglis (Stubai)
Reinhard-Schiestl-Steig (Ötztal)



Foto: Edu Koch

Parallel dazu gibt es diverse normative Grenzen, die von außen gesetzt werden. Deren Überschreitung oder Bruch hat eher juristische Konsequenzen, oder ethische wie bei den Freikletterregeln, die das Wesen unseres Spiels definieren. Verhaltensempfehlungen wie die „Lehrmeinung“ oder die Snow Card kann man als Einengung der persönlichen Freiheit betrachten – aber auch als „geschützten Raum“, in dem man relativ sicher unterwegs ist. Auch rechtlich, was vor allem für Tourenleiter wichtig ist. Es gibt kein Grenzerleben ohne Risiko. Deshalb ähnelt die Strategie beim Erforschen von Grenzen der des Risikomanagements: Es ist der Dreischritt von Erkennen – Einschätzen – Entscheiden. Erkennen bedeutet das Erfassen der sachlichen Grenzen (Schwierigkeit, objektive Gefahren) und der persönlichen Grenzen (Können, Wissen). Beim Einschätzen geht es darum, ob das Können den Anforderungen angemessen ist, aber auch um die Konsequenzen eines Scheiterns. Beim Sportklettern an Bohrhaken darf man eher mal einen Sturz riskieren – hochkommen wird man allerdings nur, wenn man’s drauf hat. Einen lawinösen Hang zu

befahren ist dagegen keine sportliche Herausforderung, doch die Folgen einer Fehleinschätzung sind hier gnadenlos. In die Entscheidung, ob man Abstand zur Grenze halten, sie ausreizen oder gar überschreiten will, fließen neben der Leistungsfähigkeits-Bilanz und den Konsequenzen auch noch die persönlichen Werte ein: Braucht man nach einer stressigen Woche eine entspannende Genusstour „well within the limits“, oder lockt die lebenslange Traumtour? Auf teuer bezahlten Achttausender-Reisen hat schon mancher anders entschieden als er es am Hirschberg getan hätte ...

*Grenzerforschung bedarf der Wachheit,
des Muts und Durchhaltevermögens,
vor allem aber der Selbsterkenntnis*

Wenn wir einen Katalog solcher Werte und Charaktereigenschaften aufstellen wollen, die für ein „gesundes“ Grenz-Erleben sinnvoll sind, gehört zuerst der Überlebenswille ins Fundament. Wer weiß, wofür es sich zu leben lohnt, der wird den Bergsport als Bonus genießen können und nicht als Ersatzbefriedigung um jeden Preis. Beim Erforschen der Grenzen muss Wachheit im Gepäck sein, um Gefahren von außen und eigene Unzulänglichkeiten wahrzunehmen. Und Ehrlichkeit, vor allem sich selbst gegenüber, damit diese Wahrnehmungen richtig bewertet und nicht verdrängt werden. Wer die Grenzen wirklich austesten will, braucht Mut und auch Durchhaltevermögen, denn gemütlich ist das nicht mehr. Und will man Grenzen überschreiten, sollte das mit einer offenen, flexiblen Haltung geschehen, die stets auch alternative Optionen wie rechtzeitige Umkehr zulässt. Merke: Nur wer Vollgas gibt, aber auch die Bremse im Griff hat, kann Erster werden. Und Scheitern sichert immerhin die Chance auf einen zweiten Versuch. Profis lassen diese Werte gerne als „Inneres Team“ lebendig werden, als internen Beraterpool, der mit diversen Stimmen die Entscheidung ausdiskutiert. So ein Gedankenparlament kann man mit Figuren besetzen, die die eigenen Stärken und Schwächen



Foto: Edu Koch



Foto: Peter Mathis

Auch das sind Grenzerfahrungen ...

Allein dieses Spiel mit den inneren Antrieben kann schon fast so spannend sein wie die Bergtour selbst. Denn das „Erkenne Dich selbst“ der antiken Philosophen ist beim „Spiel an der Grenze“ stets präsent. Ganz egal, auf welchem Niveau man es betreibt. Ob man nach wachsender Perfektion oder Leistung strebt, wie in Rainer Maria Rilkes Gedicht „Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen | die sich über die Dinge zieh’n | ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen | aber versuchen will ich ihn.“ Oder ob man eine Genusstour genießt, im wohltuenden Bewusstsein, zur persönlichen Grenze einen gesunden Abstand zu halten. ◀

symbolisieren, etwa „Held“, „Königinmutter“, „Weiser“, „Zauberer“, „Narr“, und man kann ihnen mehr oder weniger Redezeit und Lautstärke zugestehen. Wichtig ist, dass auch ungeliebte Teammitglieder wie der „Prahlhans“ oder der „Innere Schweinehund“ nicht unterdrückt werden, sondern dass man ihre Argumente ernst nimmt und rational abwägt.

Andi Dick, geb. 1964, Dipl.-Ing. (FH) für Umwelt- und Verfahrenstechnik, staatl. gepr. Berg- und Skiführer, freiberuflicher Journalist und Redakteur, Mitglied im Lehrteam Bergsteigen und im erweiterten Lehrteam Sportklettern des DAV, war von 2005 bis 2007 DAV-Vizepräsident



Perfekte Funktion für Alltags- und Tourenradler

BEKLEIDUNG
SCHUHE
AUSRÜSTUNG

DRAUSSEN ZU HAUSE

Tal 34 · 80331 München
Tel.: 089/22 80 16 84 · Fax: 089/22 80 16 85
store.muenchen@jack-wolfskin.com
Mo-Fr: 10.00-19.30 Uhr · Sa: 10.00-18.00 Uhr
www.jack-wolfskin.com

Jack Wolfskin -STORE-

NIGHT FLIGHT MEN/WOMEN
Umfassender Wetterschutz auf Radtouren. Extrem leichte, atmungsaktive und wasserdichte Fahrradjacke mit Kapuze und gut sichtbaren Reflexionsflächen.
MEN | Größen: S-XXL
Farbe: **a** active blue
WOMEN | Größen: XS-XL
Farbe: **b** papaya

FREE FLOW 22
Radtourenrucksack mit erstklassiger Rückenbelüftung durch das EXIT AIR SYSTEM. Mit Regenhülle, Reflexstreifen, Helmhalterung, zweigeteiltem Packsack u.v.m.
ca. 22 Liter | ca. 52 x 32/26 x 20 cm
Farbe: active blue

TRAIL BLAZER MEN
Stabiler, luftiger Biketourenschuh für SPD-Pedale. Perfekter Sitz über Schnür- und Klettverschluss, trittsichere Sohle für Tragepassagen, antibakterielles Innenfutter, Reflexionsflächen.
Größen: 7; 7,5; 8; ...; 12,5
Farbe: dark reed

€ 89,95*
€ 179,95*
€ 99,95*

* unverbindliche Preisempfehlung

Risikomanagement ist ein Schlagwort, das heute in jedem alpinen Ausbildungskonzept zu finden ist und unsere Denk- und Handlungsprozesse in den letzten 15 Jahren stark beeinflusst hat. Auch in den benachbarten Organisationen wie z. B. Kanu- oder Kajakverbänden finden solche Ansätze immer mehr methodische Aufmerksamkeit. Doch was versteht man eigentlich darunter?



Fixseil oder nicht?

Strategien helfen, das Unfallrisiko zu minimieren



Foto: Dachner

Foto: Bergwacht Füssen

Text: Pit Rohwedder

Sicherheitsanspruch und RISIKOMANAGEMENT



Der Begriff Risikomanagement kommt ursprünglich aus Unternehmen, die unter unsicheren Bedingungen Entscheidungen mit teilweise hohem Schadenspotenzial treffen müssen (z. B. Finanz- und Versicherungswesen). Planungs- und Entscheidungsprozesse werden so systematisiert, dass Risiken so gering wie möglich gehalten werden können. Gleichzeitig wird jedoch akzeptiert, dass es eine Welt ohne Risiken nicht gibt. Es hat eine Weile gedauert, bis unsere Experten sich zu der Erkenntnis durchringen konnten, dass es in komplexen Systemen wie dem Gebirge und der Wildnis unmöglich ist, Gefahren und Risiken völlig auszuschließen. Schließlich ist die Natur nicht kontrollierbar. Ein intensives Bergerlebnis bedeutet, sich genau in diese nicht völlig kontrollierbare Welt hineinzubegeben. Man kann lediglich das Risiko minimieren. Diese Erkenntnis war Ergebnis eines langjährigen Prozesses mit intensiven und zum Teil auch sehr kontroversen Auseinandersetzungen. Zudem sehen wir uns heutzutage oft mit widersprüchlichen Bedürfnissen konfrontiert: Auf der einen Seite wollen wir und unsere Kunden einen hohen Erlebniswert genießen, und auf der anderen

Seite eine maximale Sicherheit gewährleisten wissen. In der Frühzeit lebten die Menschen in einer stark auf das Überleben ausgerichteten Welt. Von der Umwelt gingen viele Bedrohungen aus und ein Risiko musste sehr sorgsam abgewogen werden, da Verletzungen meist eine starke körperliche Einschränkung oder gar den Tod bedeuteten. Das wiederum schwächte die Sippe. In einer solchen Kultur spielte jede Kraft und Fähigkeit eine Rolle und wurde nicht leichtfertig aufs Spiel gesetzt.

Ob Kailash im Himalaya, Olymp in Griechenland oder Helgafell auf Island – jede Kultur hat ihre Heiligen Berge

Zu dieser Zeit wurde Natur auch noch als ein beseeltes Wesen betrachtet (Animismus). Bestimmten Plätzen wurden bestimmte Kräfte zugesprochen. Berge etwa waren in allen Kulturen Schnittpunkte zwischen Himmel und Erde, dort wo die Götter wohnten. Bei den Sherpas im Himalaya ist das auch heute noch so. Interessant ist, mit welcher inneren Haltung der Mensch sich

diesen Plätzen, wenn überhaupt, genähert hat: Respekt, Ehrfurcht oder auch Angst standen dabei eher im Vordergrund als die Erlebnissuche. Der Naturbegriff hat sich seitdem sehr verändert. Durch die fortschreitenden naturwissenschaftlichen wie auch sicherheitstechnischen Erkenntnisse wurde Natur zunehmend als etwas Beherrschbares betrachtet. Dadurch stiegen natürlich auch die Ansprüche an Sicherheit. Gefahrenbesetzte Orte sind heute oft diejenigen Plätze, die für sogenannte „Risikosportarten“ genutzt werden. Ein Verletzungsrisiko ist hier durch die Nähe des professionellen Rettungsdienstes nicht mehr vergleichbar mit dem Risiko des „Frühmenschen“. Natursportliche Ausbildungskonzepte basierten bis in die 60er-Jahre des 20. Jahrhunderts lediglich auf Wissen bzw. auf Erfahrung. Getroffene Entscheidungen im Gelände waren „in hohem Maße implizite Prozesse, die nur schwer nachvollzogen und reproduziert werden konnten. Sie entzogen sich weitgehend der Kontrolle durch Drittpersonen.“ (Munter) Messbare Kriterien und Regeln, auf denen Entscheidungen aufbauen konnten, wurden erst in den 70er-Jahren eingeführt. „Man diskutierte kritische

Schwellenwerte, die zunehmend zu Entscheidungshilfen umfunktioniert wurden. Wir waren überzeugt, mit diesen analytischen Hilfsmitteln die Sache im Griff zu haben. Die ganze Ausbildung stand im Zeichen der Sicherheit, das Wort Risiko war für uns ein Fremdwort.“ (Munter) Bedingt durch steigende Unfallzahlen – vor allem im Skitourenbereich – begann in den 90er-Jahren eine Phase der strategischen Auseinandersetzung, die die sorgfältige Planung in den Vordergrund stellte. Der Begriff der Sicherheit wurde hinterfragt und fand sich in der öffentlichen Fachdiskussion weitgehend durch

Auch bei größter Vorsicht bleibt immer ein Restrisiko, bei dessen Beurteilung viel von Erfahrung und Ausbildung abhängt

Begriffe wie „Risikobewusstsein“, „Umgang mit Risiko“, „Entscheidungsregeln“ und „Verhaltensstandards“ abgelöst. „Wie sicher ist denn eigentlich sicher?“ war eine zentrale Fragestellung in dieser Aufbruchsituation. Der Schweizer Bergführer Werner Munter war mit seiner „Neuen Lawinenkunde“ 1992 Wegbereiter eines neuen Ansatzes in der Schnee- und Lawinenkunde. Er propagierte als Planungs- und Entscheidungshilfe wahrscheinlichkeitsorientierte Konzepte im Umgang mit dem Risiko einer Lawinenverschüttung. Empfehlungen aus der Kombinatorik ergänzten diese neue Denkweise, „denn handlungsorientiertes Wissen hat eine andere Struktur als das erkenntnisorientierte.“ ►

Hauser Alpinmed:
Vorbereitung auf große Höhen

Ganz gleich ob auf Expedition oder anstrengender Trekkingreise: Die Höhe, die dabei zu erklimmen ist, ist ein wesentlicher Faktor, der unbedingt zu berücksichtigen ist.

Bereits in der Vorbereitung sollte man sich darüber im Klaren sein, dass sowohl eine hervorragende körperliche Verfassung als auch die beste Ausrüstung keine Garantie für die Anpassungsfähigkeit unseres Körpers an große Höhen sind. Selbstverständlich müssen zum Erfolg einer Unternehmung in großen Höhen alle Faktoren berücksichtigt und abgestimmt sein. Dem Faktor allgemeine Gesundheit und individuelle Anpassungsfähigkeit sollte jedoch erhöhte Aufmerksamkeit geschenkt werden. Allen voran bei denen, die sich zum ersten Mal in die Höhe wagen.

Ein neues System, das bereits mehrmals an der Universität Innsbruck getestet wurde, lässt Rückschlüsse auf die persönliche Anpassungsfähigkeit in großen Höhen zu. Mittels eines sauerstoffreduzierten Luftgemischs, das über eine Atemmaske in einem Zeitraum von 20 Minuten eingeatmet wird, kann mit Hilfe eines Pulsoxymeters die Sauerstoffsättigung im Blut beobachtet werden. Aufgrund der hieraus resultierenden Prozentwerte kann ein Höhenmediziner die Tendenz für höhenbedingte Anpassungserscheinungen aufzeigen. Daraus können entsprechende Vorbereitungsprogramme, z. B. in einem „Höhenzelt“ empfohlen werden.

Seit Anfang 2007 gibt es bei »Hauser exkursionen«, dem Partner der Sektionen München & Oberland, »Hauser Alpinmed« (Alpines Fachzentrum für Trekking, Bergsteigen und Expeditionen), das sich auf die medizinische und technische Vorbereitung von Trek kern und Bergsteigern spezialisiert hat. Hier erhalten Sie spezielle Vorbereitungskurse in den Bergen, spezielle individuelle medizinische Checks, »Höhenverträglichkeitstests« sowie professionelle Beratung von Höhenmediziner n und Profibergführern. – www.hauser-alpinmed.de

Alexander Römer, staatl. gepr. Berg- u. Skiführer, Bergschulleiter Hauser alpin



Foto: Peter Geyer

Das Wetter kann an diesem Tag nicht mehr wirklich überraschen

„Man muss nicht alles wissen, um zu guten Entscheiden zu kommen. Die geschickte Vernetzung von ein paar Schlüsseldaten ist meist Erfolg versprechender.“ Die aus der Kombinatorik entstandene 3x3 Filter-Methode gilt heute noch als ein zentrales Planungsinstrument. Daraus ist letztlich die Reduktionsmethode entstanden, die zahlreiche aktuelle Strategien im Umgang mit Lawinengefahr beeinflusst hat (Stop or Go – OeAV, snow card – DAV usw.).

Wenn wir also heute über Sicherheit oder Sicherheitskonzepte diskutieren, akzeptieren wir, dass es zumindest im Bergsport keine absolute Sicherheit geben kann. Diese Einstellung wird z. B. durch das Risikomanifest des Deutschen und Österreichischen Alpenvereins öffentlich formuliert mit dem Ziel, Alpenvereinsmitglieder für die Risiken des Bergsports zu sensibilisieren

RISIKEN

Keine Tour in der Natur ist ohne Risiko, aber eine gründliche Planung hilft bei der Minimierung



Foto: Peter Geyer

Basisrisiko

1) **Objektive Risiken:** Als ein Basisrisiko können alle Unternehmungen in Naturräumen gelten, die ein objektives Gefahrenpotenzial beinhalten. Berge haben steile Wege, die auch mal nass, verschneit oder vereist sein können. Gletscher haben Spalten. Das Wetter kann umschlagen. Im Winter herrscht in bestimmten Hängen Lawinengefahr usw.

2) **Subjektive Risiken:** Gefahren, die von den teilnehmenden Personen ausgehen können, z. B. mangelnde Kondition, Koordination und Erfahrung, Unkonzentriertheit, Müdigkeit, Missverständnisse, falsches Verhalten. Mit einer Gruppe durchtrainierter Sportler wird das Basisrisiko des Abrutschens auf steilem Bergpfad geringer sein als mit einer Gruppe, die gerade von einem feucht-fröhlichen Hüttenabend ins Tal wankt.

Restrisiko

1) **Objektives Restrisiko:** Das Wetter lässt sich nie ganz genau vorhersagen, auch ein Gewitter in der Ferne kann plötzlich unberechenbar werden, plötzlich kann ein Rudel Gämsen Steinschlag auslösen usw.

2) **Subjektives Restrisiko:** Die Gruppe oder einzelne halten sich nicht an die vorgegebenen Vorsichtsmaßnahmen, jemand wird krank, sagt es nicht und gefährdet sich oder andere durch seine verringerte Leistungsfähigkeit usw.

Etymologie

Die Herkunft des Wortes „Risiko“ ist nicht eindeutig geklärt. Während manche den Begriff auf arab. *rizq* („Lebensunterhalt, tägliches Brot“) zurückführen, sehen andere den Ursprung im vulgärlateinischen **resecum* („Felsklippe“) bzw. **risicare* („Klippen umschiffen“), das wiederum auf griech. *rhiza* („Wurzel, Klippe“) zurückgeht und somit auch mit lat. *radicalis* („die Wurzel betreffend, radikal“) verwandt ist.

Für den Bergsteiger bedeutet Risiko demnach wohl den „radikalen“ Wunsch, sein täglich Brot an steilen Felswänden zu suchen ...



Foto: Pit Rohwedder

Moderne Bergrettung

Gute Planung –
kein Stress am Klettersteig

(Download unter www.alpenverein.de). Peter Geyer, ehemaliger Präsident des Deutschen und Internationalen Bergführerverbands, empfiehlt eine Entscheidung in Basisrisiken und Restrisiken (siehe „tipps&infos“). Ziel ist es, das Basisrisiko durch entsprechende Vorsichtsmaßnahmen auf ein vernünftiges Restrisiko zu reduzieren. Die Messlatte für vernünftiges Restrisiko ist dabei die gesellschaftliche Akzeptanz des Risikos wie beim Autofahren oder Reisen mit dem Bus, der Bahn oder dem Flugzeug. Nachdem das Risikopotenzial erfasst und die Chancen abgewogen wurden, erfolgt die Entscheidung über Verzicht oder Weitermachen und über notwendige Sicherungsmaßnahmen. Die Erkenntnisse der Sicherheitsforschung des Deutschen Alpenvereins und die Erfahrungen im Bundeslehrteam Bergsteigen fließen in die Risikomanagement-Standards für Fachübungsleiter ein und definieren den aktuellen Standard des Sicherheitsverhaltens.

Bergsteigen gehen bedeutet Entscheidungen treffen zu müssen. Die Entscheidungen sind manchmal sehr komplex. Checklisten und Standards, wie sie auch in anderen Hochsicherheitsbereichen angewendet werden, stellen hilfreiche Instrumente dar, um sicher und erlebnisreich wieder heimzukehren. Eine gute und transparente Planung unter Berücksichtigung möglichst vieler Eventualitäten nimmt viel Druck aus Entscheidungssituationen, da mögliche Probleme bereits vorweggenommen sind. ◀



Foto: Pit Rohwedder

Tourentipps: ab Seite 35

Pit Rohwedder, 44, staatl. gepr. Berg- und Skiführer, Zusatzausbildung Erlebnispädagogik und Kommunikationspsychologie, Mitglied im Bundeslehrteam Bergsteigen und im Lehrteam Erlebnispädagogik des DAV, Rettungsassistent, Ausbilder Bergrettung und Erste Hilfe – www.rohwedder-konzepte.com



Trekking, Bergsteigen und
Mountainbiken rund um die Welt

TREK UND BERG

Kilimanjaro Spezial Mt. Meru / Kilimanjaro / Safari Badeverlängerung auf Zanzibar	Okt / Dez / Feb
Inselwandern Wohlfühlwandern auf Madeira, Teneriffa oder Mallorca	Okt / Nov / Feb
Wüstentrekking Marokko oder Sinai	Okt / Nov / März
Nepal Everest Basecamp und Island Peak	Okt
Mexiko Vulkane, Azteken und Mayas	Okt / Nov
Guatemala Hochlandtrekking und Mayakultur	Dez / Jan
Ecuador Land der Vulkane Verlängerung Galapagos	Dez / Jan
Argentinien Abenteuer Patagonien	Nov / Dez / Jan / Feb

BIKE

Mit dem Mountainbike durch die Wüste Marokko oder Sinai	Okt / März
Kroatien Mountainbiken kombiniert mit Insehlüpfen	Okt / April
Vietnam und Kambodscha Von Saigon nach Angkor Wat	Dez / März
Türkei Bezauberndes Lykien	Okt / April

Katalog 2007 gratis anfordern

WORLD WIDE ACTIVE
Bike & Trek Adventure

Karl Wintersteller
Katzmoosstr. 26, 5161 Elixhausen / Salzburg
Tel.: +43(0)662/824303 Fax: +43(0)662/834310
Email: info@worldwideactive.at
Internet: www.worldwideactive.at

Neulich in der KLETTERHALLE oder: Das Böse lauert überall

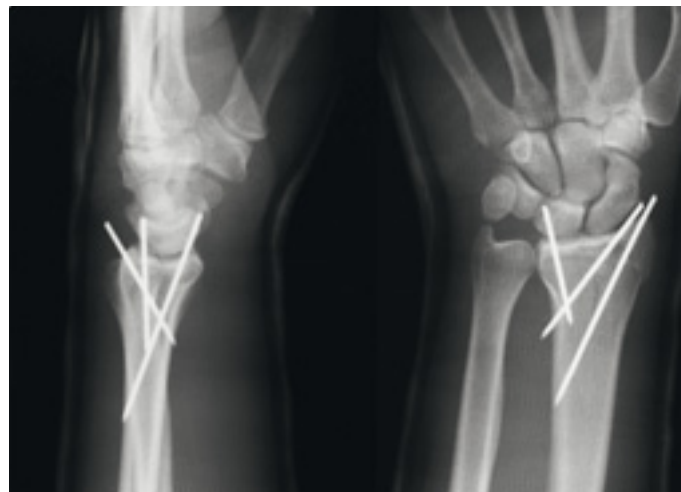
Text: Peter Albert, Fotos: Hansi Heckmair

Das Böse lauert immer und überall, auch in mir. Es nennt sich „Schlendrian“ oder „passt schon“. Die meisten von uns kennen es, und auch in den Kletterhallen hat es Einzug gehalten. Dort verseucht es das Sicherungsverhalten der befallenen Kletterer. Seine Partner heißen Stolz, Coolness und Gewohnheit.



Oft sind in Kletteranlagen Sicherungsfehler zu beobachten, und es drängt sich die Frage auf, warum trotz all dieser Fehler im Verhältnis zu den stark ansteigenden Besucherzahlen so wenig passiert. Eine der Erklärungen dürfte die „Redundanz“ sein, die durch das (begründete?) Misstrauen gegenüber unserem Sicherungspartner entsteht. Selten stürzt ein Kletterer ins Seil, ohne ein umfangreiches Vorwarnprogramm abgespult zu haben: 1. Stufe: Bewegungslosigkeit gepaart mit erstem Stöhnen; 2. Stufe: „Nähmaschine“ in der Beinmuskulatur und Vorbereitung des finalen Abschlussschusses; 3. Stufe: Blick nach unten zur Rückversicherung, ob der Kollege nicht pennt; 4. Stufe: weithin hörbares Kommando: „Zu!“; 5. Stufe: etwas abklettern und sich in das spannende Seil setzten. Spätestens jetzt ist auch dem lässigsten Sicherungspartner klar: Hände ans Bremsseil, Schlappseil einziehen, ran an die Wand! Die Angst vor dem Sturz, das Wissen um die potenzielle Unaufmerksamkeit unseres Partners und das Unvermögen, tatsächlich die Sturzgrenze ohne Weiteres zu überschreiten, ist es also, was die Sicherungsfehler größtenteils entschärft. Doch Vorsicht! Nicht immer ist auf diese Vorwarnphase Verlass.

Aber wie kommt es überhaupt dazu, dass auch oder gerade die vermeintlich erfahrenen „alten Hasen“ nachlässig unterwegs sind? Viel erlebt zu haben ist eben nicht gleichbedeutend mit erfahren zu sein. Nur wer sein Verhalten mit all seinen Fehlern und Erfolgen überdenkt, kritisch bilanziert und die Ergebnisse abrufbar speichert, darf als erfahren gelten. Ein Kletterkurs sollte deshalb so angelegt sein, dass die Teilnehmer z. B. im Rahmen eines Falltests möglichst viele eigene Erlebnisse im Halten eines fallenden Kollegen haben, die dann anhand der Rückmeldung



Schmerzhafte Erfahrung...

durch den Kursleiter überdacht, erneut geübt, wieder durchdacht usw. zur Erfahrung werden und für den Sichernden künftig abrufbar sind. Leider führen falsch interpretierte Rückmeldungen/Erfahrungen ebenfalls zum Sicherungsschlendrian: „Mein Partner stürzt eh nie ohne Vorankündigung“ (fehlinterpretierte, meist unbewusste Rückmeldung). „Das schnelle Seilausgeben ist so stressig, da lasse ich lieber etwas mehr Schlappseil. Wow, das geht ja voll easy!“ (Erfahrung) ... Das geht an 99 von 100 Tagen gut – bis dann am 100. Tag meine Freundin neben mir am Boden einkratert und wir unsere Dates für die nächsten Wochen auf Station 11 des Krankenhauses verbringen. Aua!

Viel erlebt zu haben bedeutet nicht automatisch erfahren zu sein

Rückmeldungen von Dritten könnten helfen, diese Schleife der fehlinterpretierten Rückmeldung zu durchbrechen. Aber leider nehmen wir solche in der Regel gut gemeinte Tipps oft nur schwer an, denn erstens sind Ratschläge auch Schläge und zweitens kann der ungefragte Ratgeber ja nicht mal den Einstieggriff meiner Route festhalten! Wohl dem, der diese Eitelkeit überwindet und seine Leitungen freischaltet. Vielleicht verbessert er sein Verhalten und erweitert seine Erfahrungen. Hut ab!

Um am eigenen Leib zu erleben, wie größere Kräfte auf den Sichernden einwirken, bietet sich der Falltest an, der in einer speziell geschaffenen Toprope-

Der sichernde Partner, der hier leichter ist, wird nach vorne zur Wand hin und nach oben gezogen



Station in senkrechter oder ganz leicht abdrängender Wand in mehreren Stufen durchgeführt wird. Das Seil läuft dabei nicht durch eine reguläre Umlenkung, sondern wird auf etwa Dreiviertelwandhöhe an einer Expressschlinge umgelenkt, wobei mindestens vier weitere Zwischensicherungen eingehängt sein sollen. Solche Falltests sollten nur unter erfahrener Anleitung durchgeführt werden. Die Sektionen München & Oberland bieten regelmäßig Klettertrainings in künstlichen Kletteranlagen an.

Aufbauend auf den Erfahrungen des Falltests wird beim Sicherungstraining und dem eigentlichen Sturztraining die oberste umlenkende Zwischensicherung mit dem Anseilpunkt über-

Angst vermindert unsere Einschätzungs- und Denkfähigkeit – auch das sollte mit einkalkuliert sein!

schritten und real gestürzt bzw. gesichert. Das Verhalten des Sichernden wird ggf. noch etwas aktiver, die Brems- und Haltekräfte nehmen zu. Der Gütemaßstab für die Aktionen des Sichernden stellt der Wandanprall des Stürzenden dar. Je härter, abrupter und lauter, desto schlechter war das Sicherungsverhalten. Ist die Landung an der Wand kaum mehr zu hören oder zu spüren, umso besser.

Und im Falle eines Falles: Nicht von der Wand wegspringen! Wer weit wegfliegt, hat zur Landung bereits viel Schwung zur Wand hin geholt. Deshalb: Besser, sich einfach fallen zu lassen und nur wenig von der Wand zu entfernen. Denn je größer der Anprallwinkel, umso härter der Wandanprall am Ende des Sturzes. ▶



Die Sturzbahn sollte nah an der Wand verlaufen, um den Wandanprall am Ende des Sturzes zu minimieren

Die schlimmsten Fehlerketten, die man unbedingt vermeiden sollte, verdeutlicht das „Totenkopfranking“, in dem die Gefahr, die von den beschriebenen Fallbeispielen für Leib und Leben ausgeht, in Relation zur Eintrittswahrscheinlichkeit bewertet wird. Drei Totenköpfe bedeuten also großes Gefahrenpotenzial (Lebensgefahr), einer bedeutet mäßige Verletzungsgefahr und relativ geringes Gefahrenpotenzial. Einige Beispiele „beliebter“ Fehler:



Ein Sturz kann in diesem Fall zu gefährlichen Verletzungen und Riss der Schlinge führen!



Topropen an nur einer Expressschlinge: Wird auch diese versehentlich noch ausgehängt, besteht keine Seilsicherung mehr!

nicht mehr abgeklemmt, es rutscht ungebremst durch das Gerät. Wer konsequent nach der sogenannten „Gaswerkmethode“ vorgeht (das Bremsseil läuft durch Mittel-, Ring- und kleinen Finger; der Zeigefinger liegt unter dem rechten Falz), setzt den Blockiermechanismus nicht außer Kraft und kann trotzdem das Seil schnell ausgeben. (2 Totenköpfe)

● Am Hüftgurt fest installierte Selbstsicherungsschlingen, auch „Sachsschlingen“ genannt, führten in Kombination mit „Petzl Strings“ (Gummifixierungen gegen Querbelastungen von Karabinern in Expressschlingen) zu fatalen Unfällen. Wird bei dieser Konstruktion einer der beiden Stränge der Schlinge beim Einhängen in den Fixpunkt versehentlich mit eingefangen, hängt der Kletterer nur mehr am Gummi der Karabinerfixierung. Lebensgefahr! Wird solch eine Selbstsicherungsschlinge am Gurt mitgeführt, ist darauf zu achten, dass der Selbstsicherungskarabiner mit einem Sackstich oder Ähnlichem knapp abgeknotet ist! (3 Totenköpfe)



In nur 1% aller Fälle ist diese Schlappseilmenge gerechtfertigt!



Sichern mit leichtem Schlappseil beim Klettern im oberen Wandbereich, wenn die Grundergefahr gebannt ist



Sichern „auf Fühlung“ für den unteren Wandbereich mit erhöhter Bodensturzgefahr

● Topropen an nur einer einzigen Expresse: Beim Topropen sollten die Umlenkungen immer redundant eingehängt, d.h. hintersichert sein. Zum einen sind zwei knapp nebeneinander eingehängte und/oder verschlossene Karabiner oder Ähnliches ein deutliches Zeichen für den Kletterer: Stopp, du bist am Ende der Route angelangt. Ab hier nicht weiter aushängen! Zum anderen unterliegen die Umlenker und dazugehörigen Haken ständig Vibrationen, Lastwechseln usw., was dazu führen kann, dass sich eine Schraubverbindung öffnet oder ein Bauteil aufgrund von Materialermüdung bricht. Dies gilt es zu berücksichtigen und einzukalkulieren. Sorgt für sichere Umlenkungen! (2 Totenköpfe)

● HMS-Zweifingerklemmer: Das Seileinnehmen und -ausgeben bei HMS-Sicherung, während sich beide Hände über dem Gerät befinden, ist eine große Fehlerquelle. Das Bremsseil wird häufig kurzfristig nur mit Daumen und Zeigefinger gehalten, während die zweite Hand sich vom Seil löst, um später wieder zuzupacken. Ein mit zwei Fingern gehaltenes Bremsseil ist keine Bremsseilkontrolle. Entweder stellt man die Bedienung der HMS-Sicherung auf das Prinzip „Bremsband unterhalb des Karabiners“ (gemäß Tuber) um oder man achtet peinlich genau darauf, dass immer mindestens eine Hand das Bremsseil richtig in der Hand hält oder korrekt tunnelt! (3 Totenköpfe)

● Tuberhandling von oben: Die Bremsband am Tuber ist ausschließlich unter dem Gerät! Wer als alter klassisch gelernter HMS-Sicherer auf Tuber umsteigt, ist mit dem Tuber Anfänger. Er muss seine Bedienung auf Bremsband unten umstellen und das so lange und gründlich, bis es auch im Schlaf richtig klappt. (3 Totenköpfe)

● Schlappseil: Dynamisch sichern hat mit Schlappseil nichts zu tun! Wer die ersten fünf Haken nicht konsequent „auf Fühlung“ sichert, riskiert mindestens Fersen und Sprunggelenke seines Partners. (3 Totenköpfe)

Und nun viel Spaß beim Klettern – und immer eine Handbreit Luft unter den Füßen nach dem Sturz! ◀

Tourentipps: Seite 44

Peter Albert, geboren 1969, ist Diplomsporthlehrer, staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und Ausbilder in den DAV-Bundeslehrteams Klettern und Bergsteigen – www.steile-welt.de



Mit Sicherheit fit am Berg ...

je besser die Vorbereitung, desto erfolgreicher die Trekkingtour. Wählen Sie aus den Vorbereitungskursen, Wochenendtouren, Klettersteigtouren und Hochtouren Ihren Kurzurlaub in den Alpen.



Hauser exkursionen Alpin

Hauser exkursionen international GmbH
Spiegelstraße 9 · 81241 München
Tel: 0 89/23 50 06-0 · Fax: 0 89/23 50 06-99
info@hauser-exkursionen.de



www.hauser-exkursionen.de

RICHTIG SICHERN

Richtiges Sichern in künstlichen Kletteranlagen vermitteln auch die DVD „Indoorkletterkurs DAV-Kletterschein“ und Kurse zum Erwerb des DAV-Kletterscheins – www.alpenvereinstouren.de → Hallenklettern



Sicherungstraining

Um keine Verletzungen zu provozieren, sollten folgende Rahmenbedingungen erfüllt sein:

- Maximal auszugebende Seilmenge am Bremsseil entweder mit Tape oder – noch sicherer – durch einen Knoten markieren. Beachte bei der Markierung, dass der Sichernde durchaus 2–3 m hochgezogen werden kann
- In Sturz- und Landezone dürfen keine allzu großen Elemente oder Strukturen aus der Wand ragen
- Leicht überhängende Wand mit mäßig schwierigen Routen auswählen

- Bis auf die erste Zwischensicherung bleiben alle weiteren eingehängt. Ggf. alternativ die unteren zwei, drei Zwischensicherungen der benachbarten Hakenreihe benutzen, um die Kollision von Stürzendem und Sicherndem zu vermeiden
- Kompromiss zwischen Abstand zum Boden (Grundergefahr) und Entfernung (Kommunikation) zwischen Sicherndem und Kletterndem finden. Je größer die Entfernung, umso schlechter die Verständigung

NEU! Buchtipp

Peter Albert, **Richtig Sichern**. Der Weg zum DAV-Kletterschein. 96 Seiten, zahlreiche Farbfotos und s/w-Skizzen. Bruckmann Basic, München 2007. 8,90 €

