

# Sicher klettern

## Klettern birgt Risiken!

- ▶ Bei unzureichender Beherrschung der Sicherungstechnik besteht Absturzgefahr.

## Lass dich ausbilden!

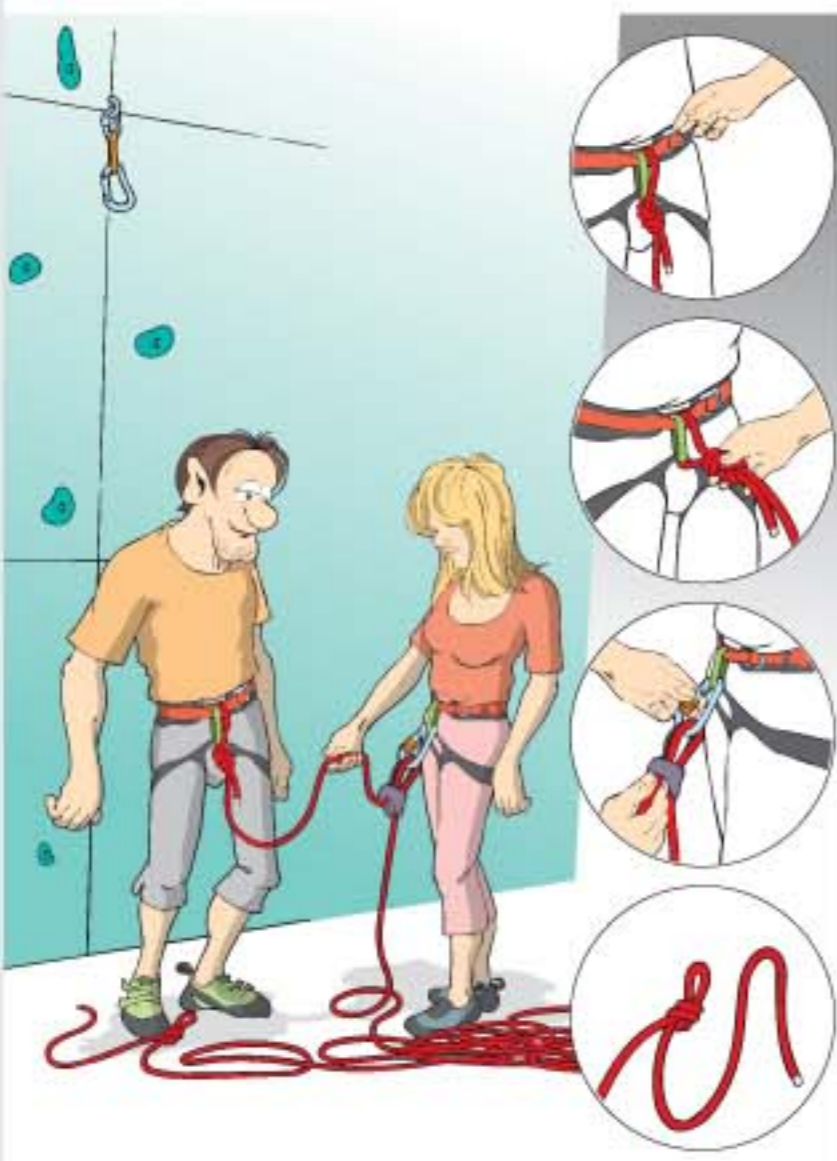
- ▶ In Kletterkursen und durch qualifizierte Ausbilder erwirbst du alle notwendigen Fertigkeiten.

## Sprich Fehler an!

- ▶ Mach andere Kletterer auf ihre Fehler aufmerksam.

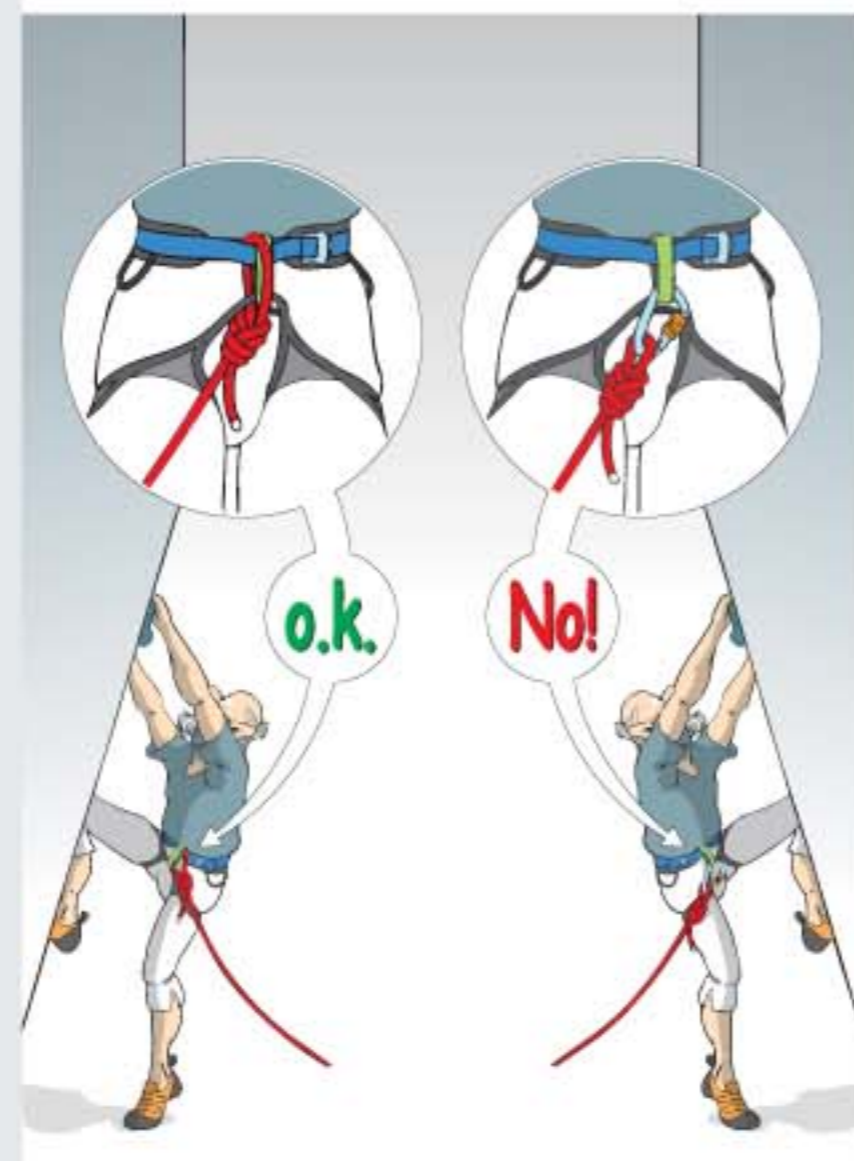
### Partnercheck vor jedem Start!

- ▶ Gurtverschlüsse
- ▶ Anseilnoten und Anseilpunkt
- ▶ Karabiner und Sicherungsgerät
- ▶ Seilende abgeknotet



### Im Vorstieg direkt einbinden!

- ▶ im Toprope auch mit zwei gegengleichen Karabinern möglich



### Kinder nicht überfordern!

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



### Sicherungsgerät richtig bedienen!

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



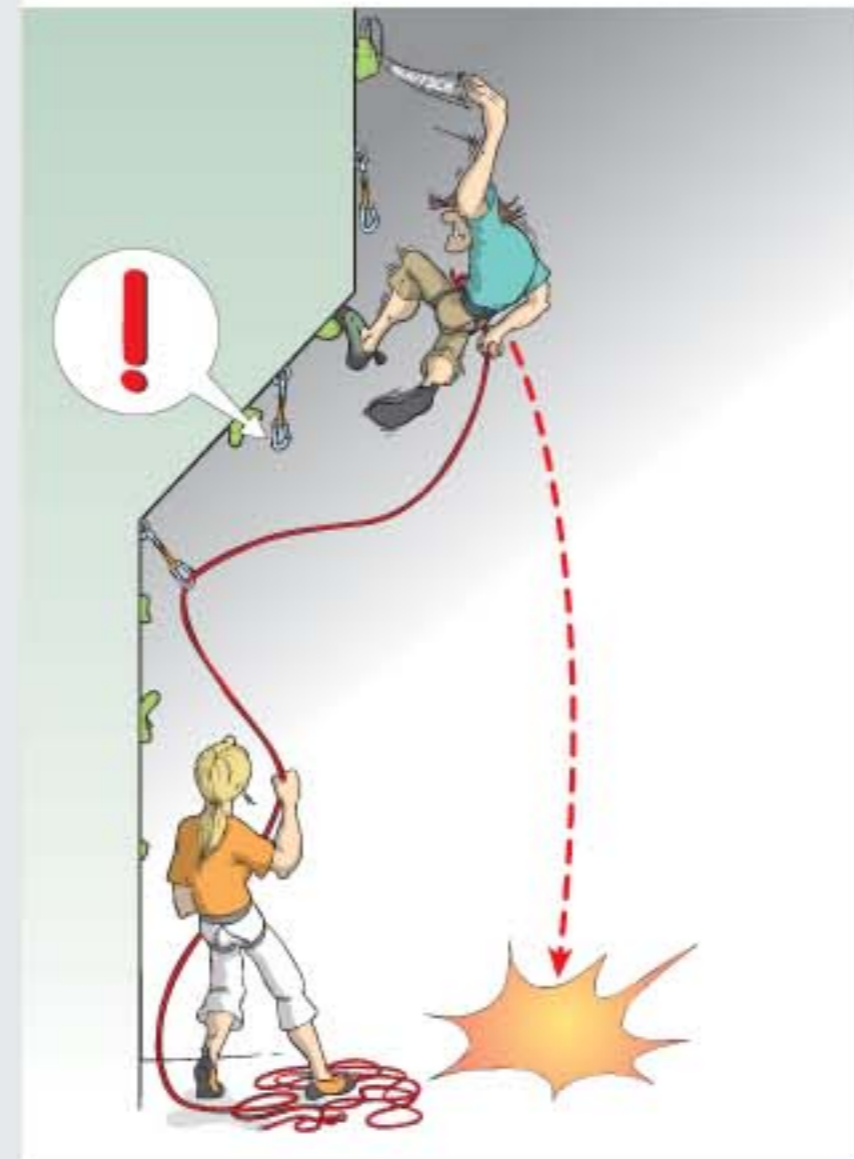
### Volle Aufmerksamkeit beim Sichern!

- ▶ kein Schlappseil
- ▶ richtigen Standort wählen
- ▶ Partner beobachten



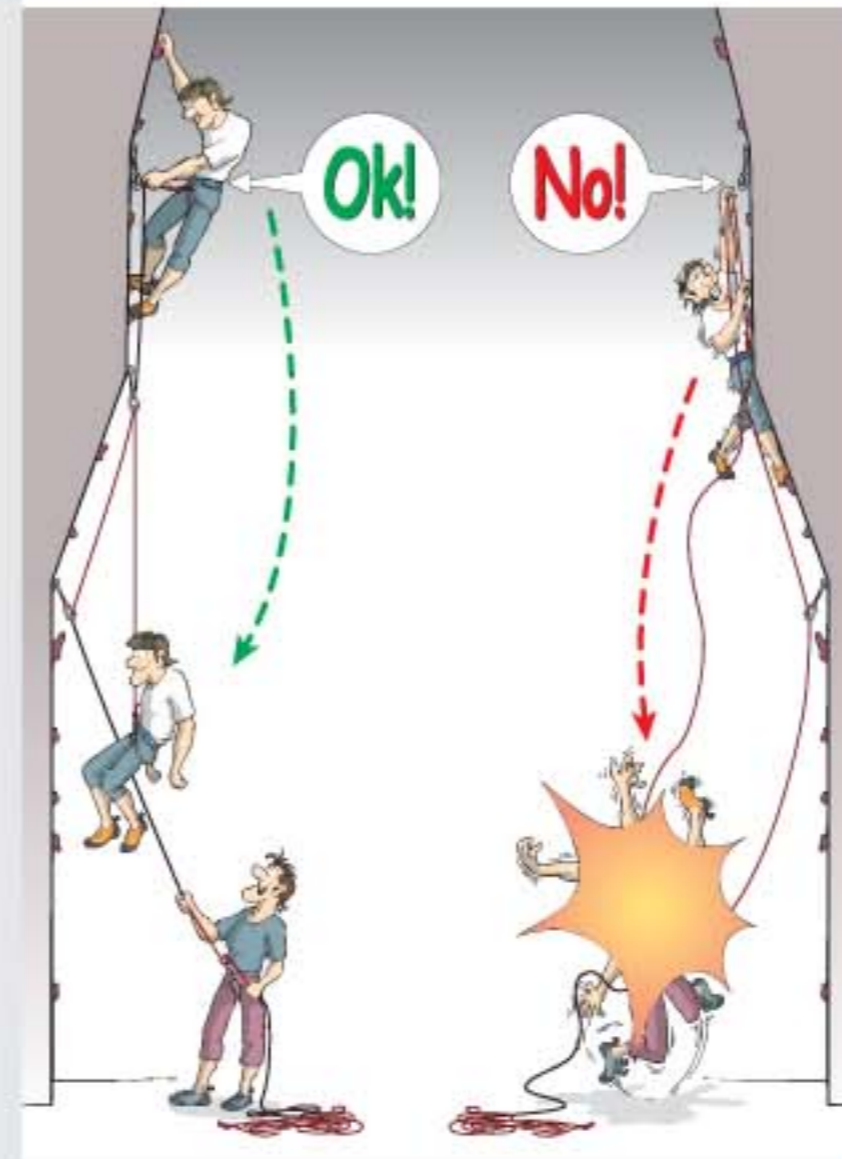
### Alle Zwischensicherungen einhängen!

- ▶ Stürze sind immer möglich
- ▶ Griffe können sich drehen oder brechen



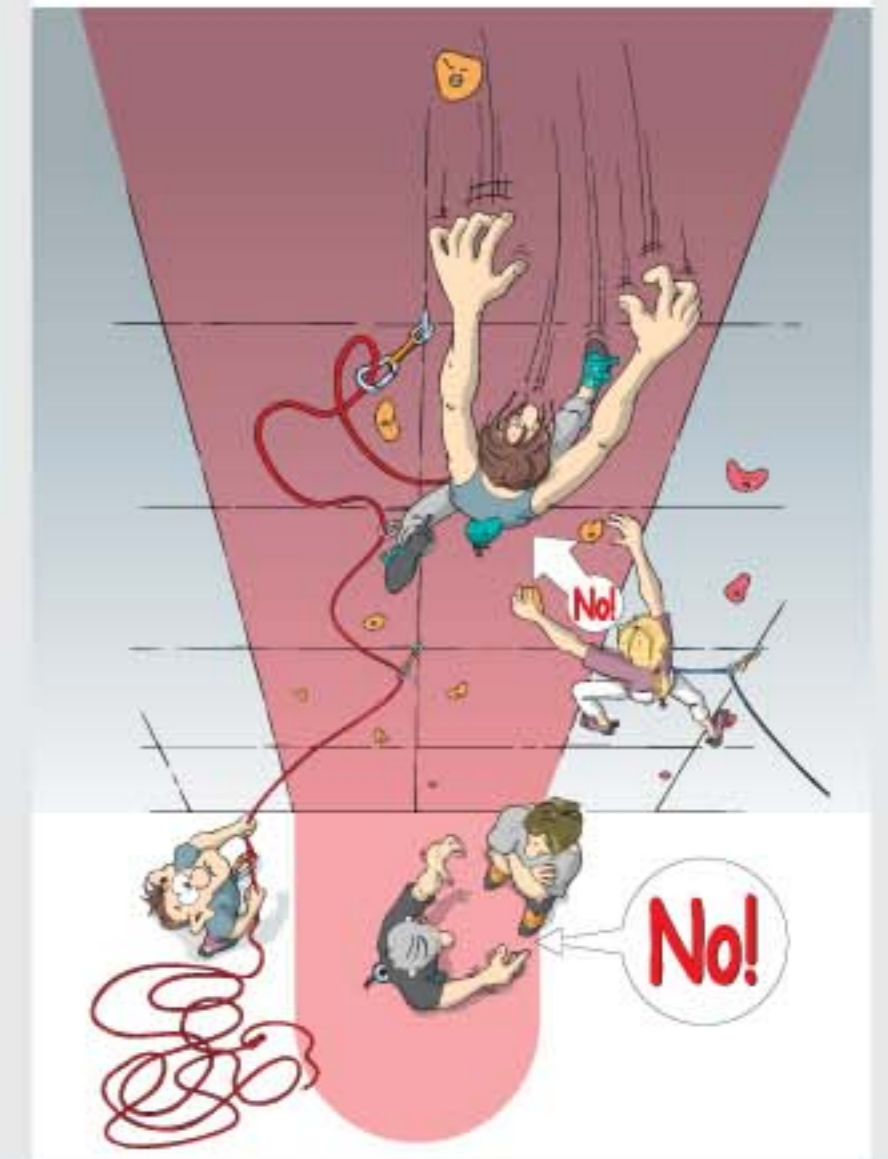
### Zwischensicherungen nicht überstreckt einhängen!

- ▶ einhängen aus stabiler Position
- ▶ möglichst auf Hüfthöhe einhängen
- ▶ bis zum fünften Haken droht Bodensturzgefahr



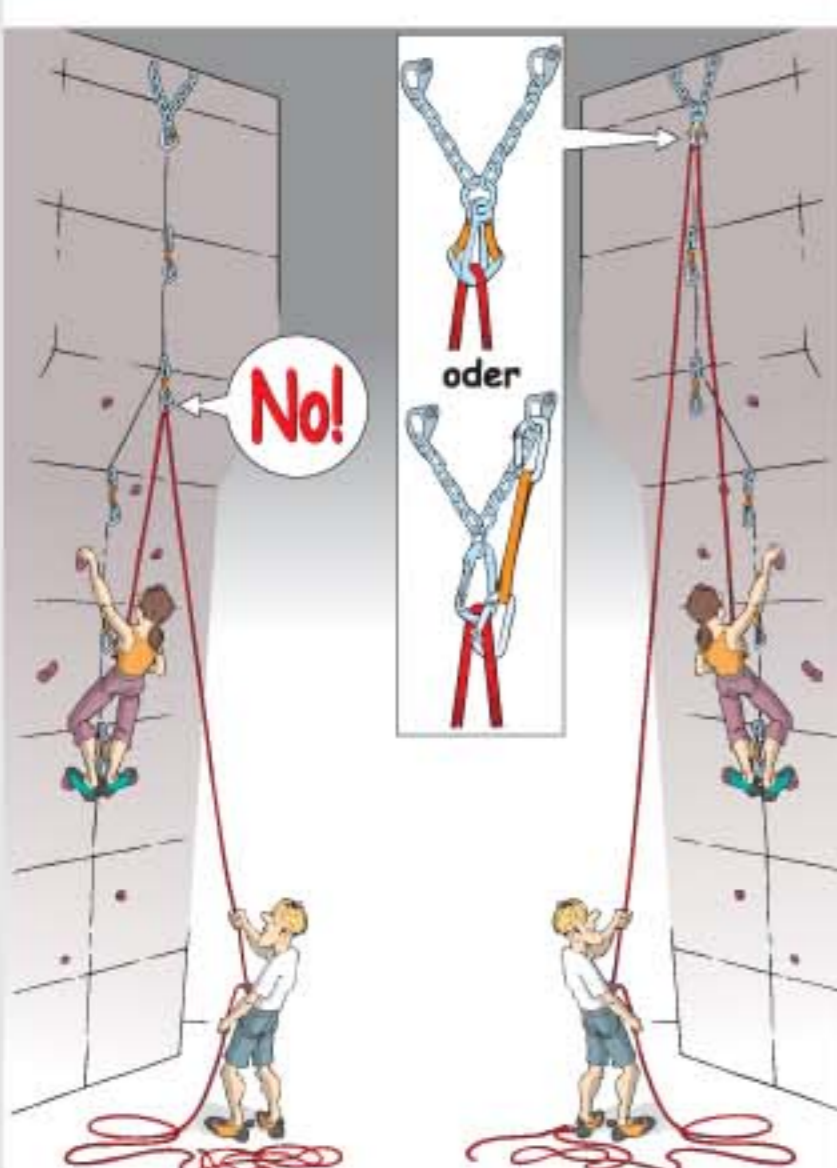
### Sturzraum freihalten!

- ▶ am Boden und an der Wand
- ▶ auch bei Pendelsturzgefahr



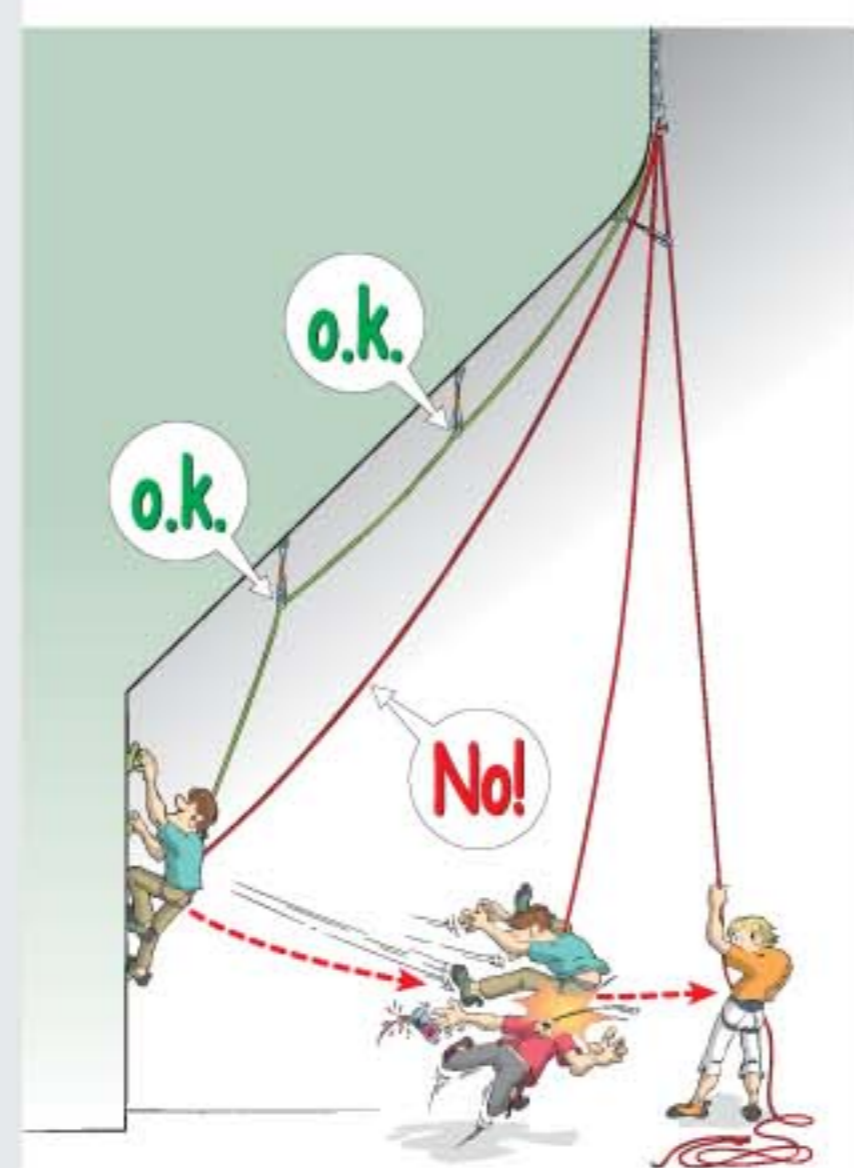
### Kein Toprope an einem Karabiner!

- ▶ zwei unabhängige Sicherungspunkte
- ▶ mindestens zwei Karabiner



### Pendelgefahr beachten!

- ▶ Toprope in stark überhängenden Routen nur mit eingehängten Zwischensicherungen



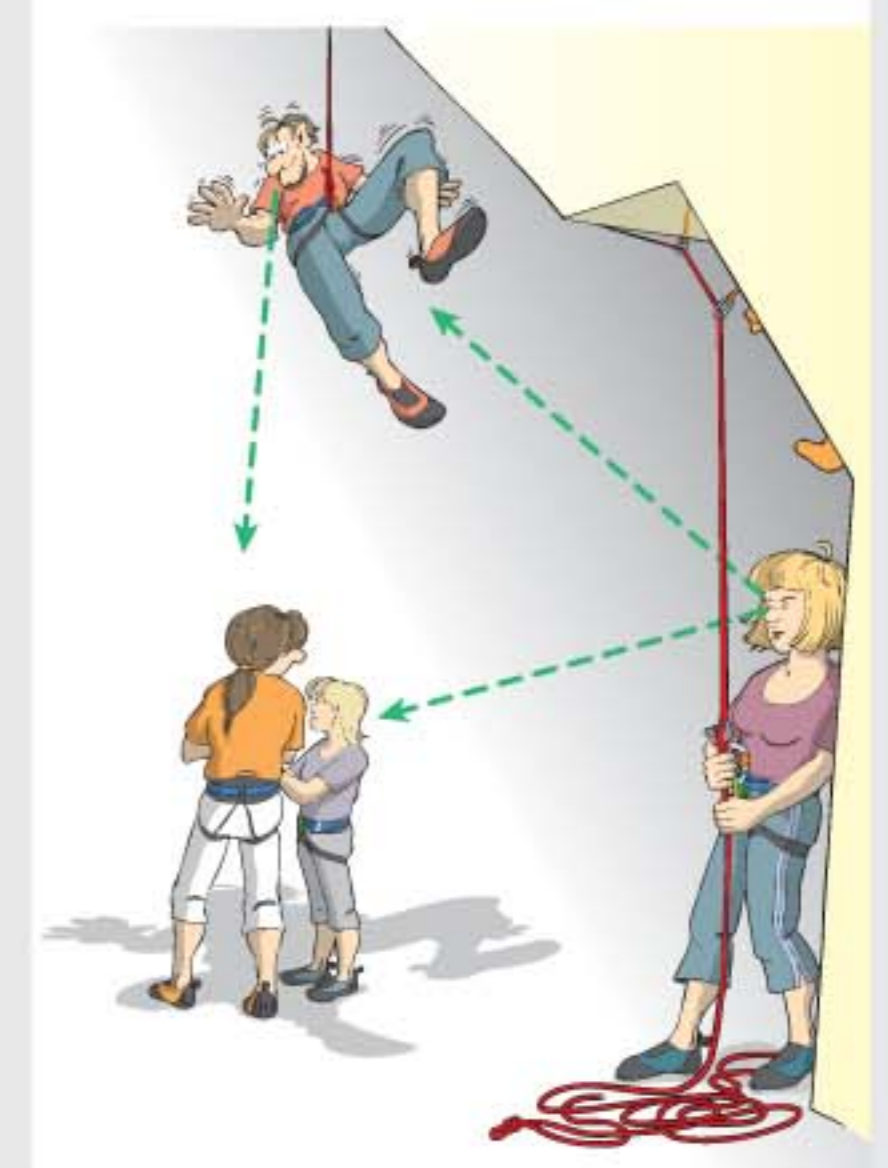
### Nie Seil auf Seil!

- ▶ nie zwei Seile in einem Umlenkarabiner
- ▶ nie über Schlingen ablassen



### Vorsicht beim Ablassen!

- ▶ Kommunikation am Umlenkpunkt
- ▶ Partner langsam und gleichmäßig ablassen
- ▶ auf freien Landeplatz achten



Zeichnungen: Georg Sojer

Sicher klettern mit:



Schweizer Alpen-Club SAC  
Club Alpin Suisse  
Club Alpino Svizzero  
Club Alpin Svizzer

