



# Klettern: Sicher unterwegs

## 1. KLETTERN IM SAASTAL

Ein Blick zu unseren 18 Viertausendern hoch macht klar: Vom Schnupperklettern im Kletterpark bis zur Besteigung des höchstens Schweizer Bergs – des Dom (4545 m ü. M.) – ist in der Ferienregion Saas-Fee/Saastal alles möglich.

Neben Spass und Abenteuer darf die Sicherheit beim Klettern nicht vernachlässigt werden. Wir informieren Sie in diesem Dokument über die Eigenverantwortung, den Haftungsausschluss und geben Empfehlungen zum sicheren Klettern.

## 2. EIGENVERANTWORTUNG

Uns liegt die Sicherheit der Kletterer und Kletterinnen am Herzen. Trotzdem können sachliche oder inhaltliche Fehler nicht ausgeschlossen werden. Das Klettern beinhaltet naturgemäss gewisse Risiken, welche jedoch durch eigenverantwortliches Verhalten minimiert werden können. Sei dir also bewusst:

- Klettern birgt Risiken: Bei unzureichender Beherrschung der Sicherungstechnik besteht Absturzgefahr.
- Lass dich ausbilden: In Kletterkursen und durch qualifizierte Ausbilder\*innen erwirbst du alle notwendigen Fertigkeiten.
- Sprich Fehler an: Man andere Kletterer auf ihre Fehler aufmerksam.

## 3. HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Die Informationen auf der Webseite von saas-fee.ch dienen zur Informationsbeschaffung, ersetzen jedoch nicht die vorhergehende Tourenplanung und die notwendige Eigenverantwortung wie Erfahrung im gesamten Outdoor-Sport mit der eignen Kletterausrüstung.

Die Saastal Tourismus AG übernehmen diesbezüglich keine Haftung. Alle Sportler\*innen klettern ausschliesslich auf ihr eigenes Risiko und sind selbst für ihre Sicherheit verantwortlich: Klettern ist eine Sportart, die immer mit einem Restrisiko verbunden ist.

Klettern setzt den richtigen Umgang mit der Kletterausrüstung und den verschiedenen Seil-, Sicherungs- und Klettertechniken voraus. Bei Unaufmerksamkeiten und Fehlern kann man trotzdem sich und andere dabei schwer verletzen.

Bei allen Spielarten des Kletterns ist man auch den alpinen Gefahren wie z.B. Eis- und Steinschlag, Gewittern oder Wetterstürzen ausgesetzt. Im Besonderen darf die Steinschlaggefahr in den Alpen (Steine in unterschiedlicher Zahl und Größe) nicht unterschätzt werden. Um die Sicherheit des Einzelnen zu gewährleisten ist z.B. das Tragen eines Kletterhelmes als Teil der Kletterausrüstung Pflicht.

## 4. EMPFEHLUNGEN

Die 10 Punkte basieren auf den CAA-Empfehlungen und wurden von den SAC-Fachexperten für Ausbildung und Sicherheit für dich ergänzt.

### Fit und gesund in die Berge

Klettertouren oder Klettern im Klettergarten in den Bergen erfordert Ausdauer. Die intensiven Belastungsreize für Herz und Kreislauf sowie Muskeln und Gelenke setzen Gesundheit und eine realistische Selbsteinschätzung voraus. Vermeide Zeitdruck und wähle das Tempo so, dass niemand überfordert ist.

### **Sorgfältige Touren-/Routenplanung**

Karten, Führerliteratur, Internet und Experten informieren über Länge, Höhendifferenz, Schwierigkeit und die aktuellen Verhältnisse. Besonders Beachtung verdient der Wetterbericht, da Gewitter, Schnee, Wind und Kälte das Unfallrisiko stark erhöhen. Plane Alternativrouten! Informiere dich über nationale Bergrettungs-Notrufnummern (**REGA 1414, Euro-Notruf 112**).

### **Zweckmässige Ausrüstung**

Pass die Ausrüstung dem Ziel an und achte auf ein geringes Rucksackgewicht! Vor Absturz und Steinschlag schützen Seil und Helm, gutes Schuhwerk gibt Halt. Sonnenschutz mitnehmen. Für den Notfall: Erste-Hilfe-Set, Rettungsdecke, Mobiletelefon und Stirnlampe.

### **Verhältnisse checken**

Gletscherrückgang, Ausaperung und Anstieg der Nullgradgrenze aufgrund des Klimawandels erhöhen die Steinschlaggefahr. Wichtig sind ein rechtzeitiger Aufbruch, die laufende Beurteilung der Wetter- und Geländesituation und die daran angepasste Routenwahl.

### **Partnercheck vor jedem Start**

Unterlasse nie die gegenseitige Kontrolle mit Augen und Händen. Checke den Anseilknoten und Anseilpunkt, den Sicherungskarabiner, das Sicherungsgerät mit dem Blockiertest, Klettergurt mit den Verschlüssen und im Klettergarten den Knoten im Seilende.

### **Volle Aufmerksamkeit beim Sichern**

Achte auf folgende Punkte beim Sichern: Kein Schlappseil, richtiger Standort insbesondere in Klettergärten (nahe der Wand), Beobachten des Kletterpartners, Einhalten des Bremshandprinzips und der Gerätelinie, klare Kommandos und Kommunikation.

### **Alle Zwischensicherungen einhängen**

Zwischensicherungen sind auch Lebensversicherungen – darum ist die richtige Handhabung ausschlaggebend: Einhängen aus stabiler Position, Stürze bei Klippen vermeiden – unkontrollierte Stürze, Bodensturzgefahr, korrekter Seilverlauf im Karabiner beachten, nicht hinter das Seil steigen.

### **Toprope nur an vorgesehenen Umlenkungen**

Klettergärten sind oft mit unterschiedlichen Umlenkungen ausgerüstet. Folgende Grundsätze sollen in jedem Fall eingehalten werden: Kein Toprope an einzelner Karabiner, bei stark überhängenden Routen nur mit eingehängten Zwischensicherungen klettern. Prüfe, dass das Seil richtig im Sicherungsgerät eingelegt ist.

### **Stände richtig handhaben**

Auf Kletterrouten trifft man auf unterschiedlichste Standplätze. Einzelne Sicherungspunkte verbinden, nicht vertrauenswürdige Haken mit mobilen Sicherungsgeräten ergänzen, Selbst-Kameradensicherung nicht in Kettenglieder hängen.

### **Respekt vor der Natur**

Das Hochgebirge bietet einen wertvollen Freiraum zum Bewegen in einzigartiger Wildnis. Geniesse diese Freiheit und respektiere die sensible Hochgebirgsnatur! Beachte Zutrittsverbote, lass keine Abfälle liegen und trete gegenüber anderen rücksichtsvoll und vorbildlich auf.