

Klettern in freier Natur

Macht Spaß und birgt besondere Gefahren

Draußen in freier Natur ist **Eigenverantwortung** und **besondere Sorgfalt** gefragt. Klettergebiete sind oft sehr weitläufig. Und der Trainer kann nicht überall gleichzeitig sein.

Am Fels

- Kletterer und Sicherer sollten sich mit einem Helm vor Steinschlag und Anprall schützen.
- Draußen sind die Abstände der Zwischenicherungen oft groß. Deshalb sollte man eher auch mal Toprope klettern.
- Beim „Umbauen“ am Ende einer Kletterroute ist man auf sich alleine gestellt. Hier können trotz größter Sorgfalt und viel Erfahrung Fehler mit schwerwiegenden Folgen entstehen.

Am Klettersteig

- Das Klettersteigset verhindert nur den vollständigen Absturz. Ein Sturz am Klettersteig führt fast immer zu Verletzungen.
- Besonders bei Kindern wirken die Klettersteigbremsen oft schlecht und können zu hohen Belastungen des Körpers und in der Folge zu schweren Verletzungen führen.
- Eine Fehlbedienung der Klettersteigausrüstung kann zu einem Absturz mit schwerwiegenden Folgen führen.
- Die Sicherung am Klettersteig erfolgt in der Regel eigenständig und eigenverantwortlich.
- Es sollte immer ein Helm gegen Steinschlag getragen werden.

Ansprechpartner

1. Vorsitzender:

Carsten Kegler, Tel. 06438 920464

E-Mail: vorsitzender@friends-goldenergrund.de

Kletterwart/Trainer/Betreuer:

Christoph Hilf, Tel. 0170 1055035

E-Mail: kletterwart@friends-goldenergrund.de

Daniel Kollar, Tel. 0160 3522499

E-Mail: daniel@friends-goldenergrund.de

Günter Hartinger, Tel. 06431 45604

E-Mail: günter@friends-goldenergrund.de

Horst Jäger, Tel. 06483 6524

E-Mail: horst@friends-goldenergrund.de

Alfred Hanke, Tel. 06483 1248

E-Mail: alfred@friends-goldenergrund.de



Risiken im Klettersport

Berg- und
Klettersportverein

FRIENDS

2001
Goldener Grund e. V.

Ablenkung
Selbstüberschätzung
Mangelnde Ausbildung
Materialversagen

Klettern gefährdet die Gesundheit?

Leichtsinn
Nachlässigkeit
Bedienungsfehler



Es gibt leider keinen hundertprozentigen Schutz. – Aber wir können viel tun!

Kletterer

- Ich führe immer einen Partnercheck durch.
- Ich bin immer konzentriert bei der Sache.
- Ich frage, wenn ich mir unsicher bin.
- Ich übe wichtige Handgriffe am Boden und unter Aufsicht.
- Ich mache andere auf Risiken aufmerksam.
- Ich nutze geprüftes Material etablierter Hersteller.
- Ich prüfe regelmäßig mein Material.
- Ich trage im Freien beim Klettern und Sichern einen Helm.

Eltern

- Wir informieren uns über die Gefahren des Klettersports bei den Trainern oder beim Vorstand.
- Wir probieren das Klettern unter Aufsicht eines Trainers selbst einmal aus.
- Wir sprechen mit unseren Kindern über ihren Sport: über die Risiken und über die schönen Seiten.
- Wir lassen uns vom Fachhändler beraten und kaufen geprüftes Material etablierter Hersteller.
- Wir sind uns bewusst, dass unser Kind besonders am Fels auf sich alleine gestellt sein kann.

Friends

- Wir setzen Trainer mit einer anerkannten Ausbildung ein.
- Wir informieren uns regelmäßig über neue Erkenntnisse zum Thema Sicherheit.
- Wir überprüfen die Klettereinrichtungen der Scheune regelmäßig.
- Wir verwenden geprüftes Material anerkannter Hersteller.
- Wir tauschen genutztes Material rechtzeitig aus.
- Wir trainieren in kleinen und überschaubaren Gruppen. Das gilt besonders für Kinder und Jugendliche.

Damit wir beim Klettern weiterhin viel Freude haben und gesund bleiben.



Klettern fördert die Gesundheit!