Sicher klettern

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 einzelnem 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 Umlenkkarabiner
- nie über Schlingen ablassen

Vorsicht beim Ablassen!

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

Illustrationen: Georg Sojer

Sicher klettern mit den Alpenvereinen:

DAV Deutscher Alpenverein · ÖAV Alpenverein · AVS Berge erleben · Schweizer Alpen-Club SAC / Club Alpin Suisse / Club Alpino Svizzero / Club Alpin Suisse

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
- Anseilknoten 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

- www.alpenverein.de
- www.alpenverein.at
- www.alpenverein.it
- www.sac-cas.ch

Herausgeber: Deutscher Alpenverein e.V., Von-Kahr-Str. 2 - 4, D-80997 München