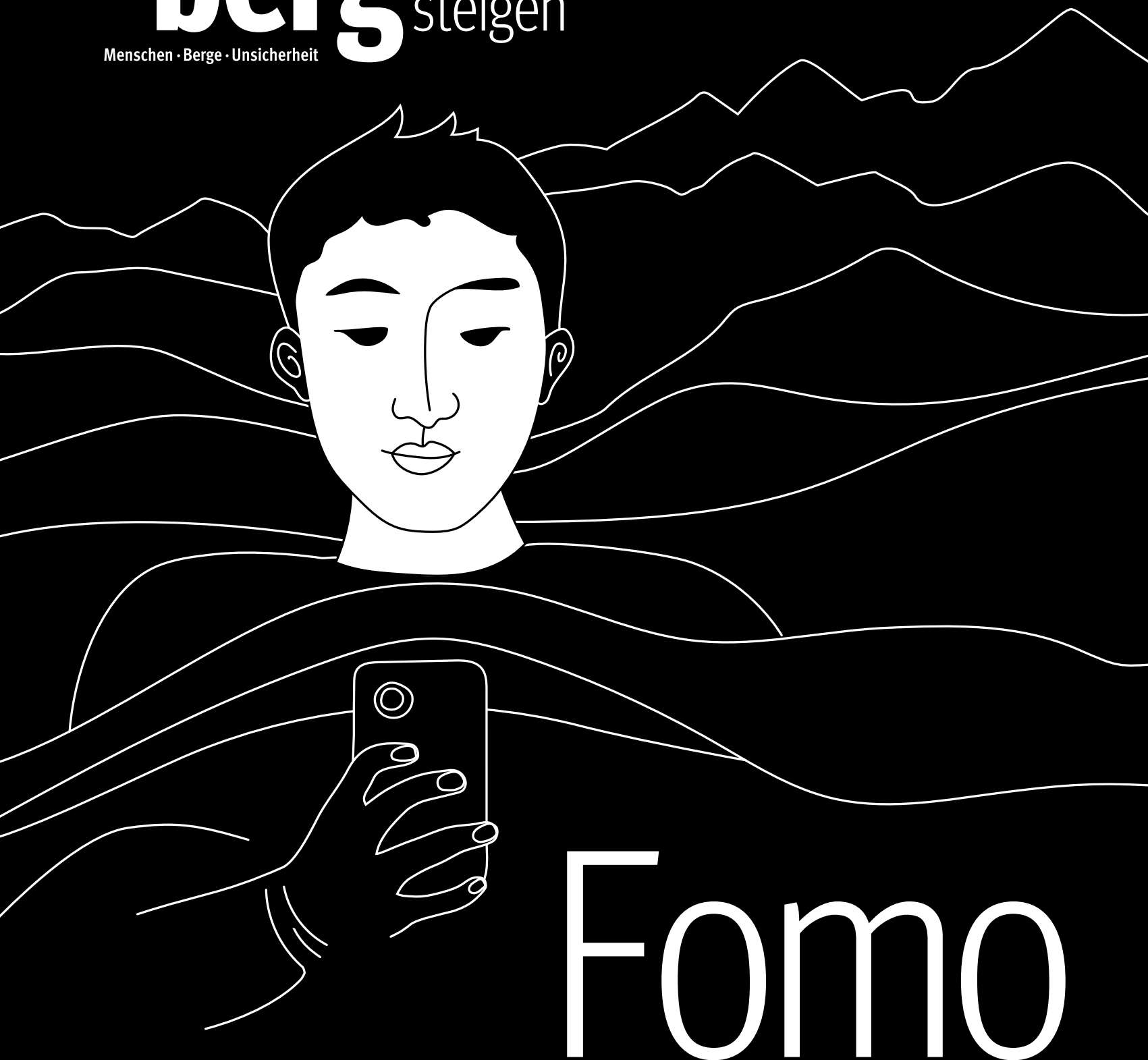


berg und steigen

Menschen · Berge · Unsicherheit



Fomo



VERLÄSSLICH. RUNDUM.
SICHERHEIT
AM BERG

Für BergsportlerInnen zählt mehr als nur zuverlässige Ausrüstung.
Um sicher in den Bergen unterwegs zu sein – ob im Winter
oder Sommer – braucht es zudem alpines Wissen
und praktisches Training.

Entdecke unser 360° Safety Angebot auf
ortovox.com/safety-hub



ORTOVOX



Foto: Bernhard Kapelari

Liebe Leserin, lieber Leser,

Angst bewirkt im Körper zwei mögliche Reaktionen: Flucht oder Erstarren. Die Amygdala schickt ein Signal an die Nebennieren, die Stresshormone, Adrenalin und Cortisol ausschütten. Die Leber produziert Zucker. Die Atmung wird flacher, Adrenalin beschleunigt den Herzschlag und flutet die Muskeln mit Blut.

In diesem Heft geht es auch um Angst, und zwar um die „Fear of Missing out“ (Akronym: FOMO), die Angst, etwas zu verpassen. Wer kennt diese Angst in unserer selbstoptimierten Welt nicht? Wer hat sich als Bergsteigerin oder Bergsteiger noch nie beim Anblick von schönen Bildern anderer auf Social Media dabei ertappt, gerade irgendwo irgendetwas zu verpassen.

Laut Wikipedia ist „Fear of Missing out“ die Befürchtung, dass Informationen, Ereignisse, Erfahrungen oder Entscheidungen, die das eigene Leben verbessern könnten, verpasst werden. FOMO ist gekennzeichnet durch das Bedürfnis ständig mit dem in Verbindung zu bleiben, was in relevant erscheinenden Bereichen geschieht. Beispielsweise sitzt man selbst im Büro, während man via Instagram die schönsten Skitouren- und Klettererlebnisse anderer serviert bekommt. Oder man befindet sich zu Weihnachten im allerschönsten Sportkletterurlaub in Griechenland, während die vermeintlich richtigen Alpinisten im fernen Patagonien ihre Selfies von Gipfelerfolgen via Social Media um die Welt senden, die man selbst auch gerne gefeiert hätte.

Seit etwa 2010 wurden der FOMO eine Reihe von negativen psychischen Symptomen zugeschrieben, sie gilt aber bislang nicht als anerkannte Krankheit. Mit der Digitalisierung hat das Potential für FOMO zugenommen. Soziale Netzwerke bieten zwar Möglichkeiten für soziale Beteiligung, aber sie verschaffen uns auch Zugang zu einem endlosen Strom von Aktivitäten, von denen wir ausgeschlossen sind.

Wie eingangs erwähnt können wir auf Angst mit Flucht oder Erstarren reagieren. Diese beiden evolutionären Möglichkeiten haben wir. Flucht bedeutet, aktiv zu werden. Flucht bedeutet, getrieben zu sein. Die Angst, etwas zu verpassen, sie treibt uns an. Ich wünsche mir, dass wir als Menschen auf Angst öfter mit Erstarren statt Flucht reagieren würden. Erstarren ist Lähmung. Doch kann das nicht auch als Synonym für Ruhe und Gelassenheit in ihrer extremsten Form gelesen werden? Ich weiß es nicht. In diesem Sinne wünsche ich euch mehr Einsicht, Gelassenheit und viele schöne Touren im Frühling!

Euer Gebi Bandler, Chefredakteur bergundsteigen



Besuchen Sie uns auch auf
www.bergundsteigen.com

Inspirieren. Planen. Erleben.

 alpenvereinaktiv.com



Beim Abschluss eines Pro-Abos erhältst du als AV-Mitglied alle AV-Karten in der App inklusive. Weitere Infos: alpenvereinaktiv.com



Videotutorials Sportklettern Outdoor



Sicher Klettern:
Return of the Sheriff
YouTube-Video



Klettertutorial:
Sicher Klettern am Fels
YouTube-Video



SicherAmBerg Sportklettern

Erreichen wir die Bergsport-community überhaupt?

Julia Janotte arbeitet in der Sicherheitsforschung des Deutschen Alpenvereins (SiFo) und ist seit 2020 im Redaktionsbeirat von bergundsteigen. Grund genug, ihr ein paar Fragen zu stellen:

Wie bist du zum Bergsport und zum DAV gekommen?

Schon als Kind war ich oft und gerne in den Bergen wandern, mit den Jahren kamen dann auch die anderen Disziplinen dazu. Mittlerweile verbringe ich am liebsten Zeit beim Sportklettern. Zum DAV kam ich 2014 im Rahmen meiner Abschlussarbeit für die Uni (Kletterhallenstudie 2015), es folgte eine Festanstellung in der SiFo und bis heute bin ich dort geblieben.

Was macht deine Arbeit bei der SiFo interessant für dich?

Eine spannende Themenvielfalt und dass wir öfter mit spontanen Ereignissen wie z. B. Unfällen konfrontiert werden. Außerdem reizt es mich zu versuchen, mit einem wissenschaftlichen Ansatz praxisrelevante Ergebnisse zu erzielen.

Was gefällt dir weniger an der Arbeit beim DAV?

Letztendlich sitze ich häufiger im Büro, als mir lieb ist, und das „Alltagsgeschäft“ nimmt von Jahr zu Jahr mehr Raum ein, sodass weniger Zeit für neue Projekte bleibt.

Welche eurer Arbeiten bei der SiFo hat deiner Einschätzung nach am meisten zur Sicherheit im Bergsport beigetragen?

An allererster Stelle steht die grundlegende Errungenschaft von Pit Schubert, die Entwicklung von Normen für den Bergsport anzustoßen. Darüber hinaus hat das anlassbezogene Einschreiten der SiFo bei Unfällen oder Materialproblemen oft den nötigen Anstoß für Veränderungen gegeben (z. B. Klettersteigsets, Selbstsicherungsautomaten, LVS-Geräte). Aber auch Verhaltensempfehlungen können einen großen Impact auf die Community haben. So etwa die mit anderen alpinen Verbänden abgestimmte Empfehlung, beim Sportklettern zum Sichern halbautomatische Sicherungsgeräte zu verwenden – das hat zu einem Paradigmenwechsel geführt.

Welche Entwicklungen im Bergsport erfreuen dich?

Dass die Materialien mittlerweile sehr ausgereift sind, die meisten Hersteller einen guten Job machen und sich einige davon auch im Bereich Bildung engagieren und ihr Know-how zur Verfügung stellen. Außerdem freut es mich, dass die Themen Nachhaltigkeit und klimafreundlicher Bergsport so langsam in der Branche und Community ankommen.

Welche Entwicklungen stimmen dich nachdenklich?

Die steigende Beliebtheit und Medienpräsenz des Bergsports bringt auch einige kritische Herausforderungen mit sich, wie z. B. den sich seit Jahren ausbreitenden Massentourismus an bestimmten Hotspots oder eine ungefilterte Informationsflut im Internet. Zudem habe ich das Gefühl, dass bei all der Geschwindigkeit und Jagd nach Rekorden manchmal das Innehalten und der Fokus auf das Wesentliche zu kurz kommt. Außerdem stimmt mich nachdenklich, dass sich das Verständnis von Eigenverantwortung und Freiheit auch im Bergsport immer mehr ändert und die Versicherungsmentalität zunimmt. Und: Teilweise habe ich das Gefühl, wir befinden uns seit Jahren in einer sehr kleinen Blase von Bergsportexperten und -expertinnen. Manchmal fehlt mir etwas frischer Wind und ich frage mich, ob das, was wir diskutieren, den Großteil der Community repräsentiert bzw. wie wir mehr Menschen erreichen können.

Interview: Gebi Bendler



Julia beim Sportklettern in Griechenland. Fotos: Archiv Julia Janotte



Der Pedra Longa, ein Felsturm auf Sardinien, fällt auf der Ostseite vom Gipfel senkrecht in das türkisblaue Meer ab. Mögen euch die Kletterurlaube im Frühling mit ihren romantischen Sonnenuntergängen ein Lichtblick in Zeiten globaler Krisen sein.

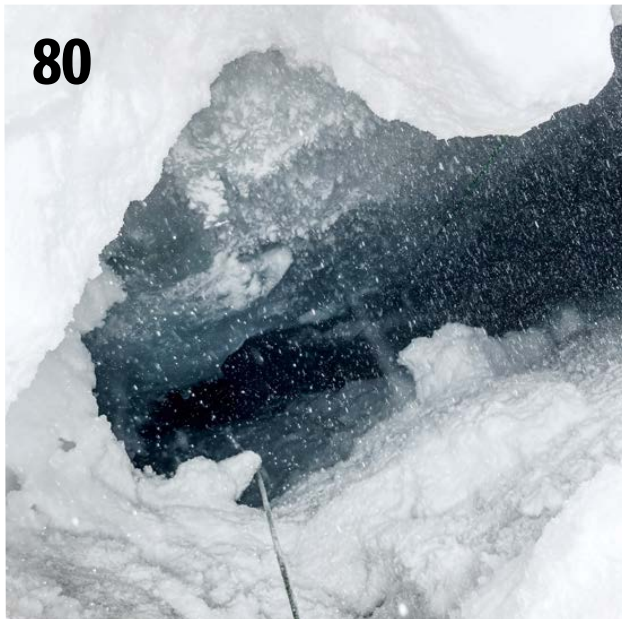
Foto: Philipp Klein Herrero/Red Bull Illume



rubriken

verhauer

Ein fataler Spaltensturz in einer Dreierseilschaft – auch wegen zu kurzer Abstände. Jelle Staleman über Disziplin in der Gletscherseilschaft und eine ungewöhnliche Spaltenbergung mit wenig Restseil.



unsicherheit

Alpine Führungs- kompetenzen

Führen heißt Verantwortung übernehmen und klar Position beziehen. Aber wenn individuelle Widerstände gegen den Führungsjob auftreten und das Führen zum Problem wird, was dann?



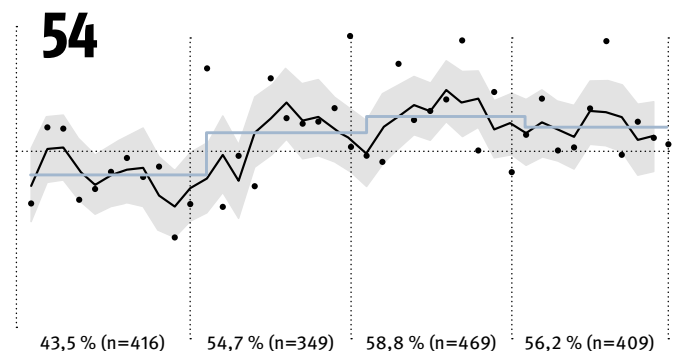
bergsönlichkeit

Interview mit Danyil Boldyrev (32), Speedkletterer aus der Ukraine, über das Klettern im Krieg, Selbstzweifel und gefallene Kletterfreunde wie Maksim Petrenko.



Zehn Minuten

Jeder Bergsteiger und Skitourengeher weiß: Bei einem Lawinenglück zählt jede Sekunde. Eine neue Studie zeigt, wie sich die Überlebensrate von Lawinopfern in den letzten 40 Jahren verbessert hat – und warum der Wettlauf gegen die Zeit immer herausfordernder wird.



Fomo

Angst, etwas zu verpassen?

Das ist die Essenz von FOMO. Vier Größen der Bergsportszene haben uns erzählt, welchen Stellenwert Social Media in ihrem Alltag und ihrer Arbeit hat.

100



Verrückt oder kalkuliert? ... oder Fomo?

Unbestritten ist, dass Alex Honnold, 39, zu den besten Free-Solo-Kletterern aller Zeiten gehört.



10 **kommentar**

12 **dialog**

18 **dies & das**

20 **Mensch und Lawine Teil 3: die soziale Welt**
Bernhard Streicher, Martin Schwiersch

32 **Auf Messers Schneide –
Schnittfestigkeit der neuen Bergseile**
Chris Semmel

44 **Alpine Führungskompetenzen**
Pit Rohwedder

54 **Zehn Minuten**
Simon Rauch, Hermann Brugger, Markus Falk,
Benjamin Zweifel, Giacomo Strapazzon,
Roland Albrecht, Urs Pietsch

60 **Hilf dir selbst, sonst ...**
Martin Schmidt

66 **ISSW 2024**
Marie Schroeder, Andrea Bruckmeier,
Jan-Thomas Fischer

72 **Warum der Schnee in Norwegen weißer ist**
Markus Landrø

80 **verhauer.** Menschenknäuel eingeklemmt
in Gletscherspalte

84 **bergsönlichkeit.**
Interview mit Danyil Boldyrev

94 **Wo ich bin und du nicht**
Margarete Moulin

100 **Angst, etwas zu verpassen?**
Nadine Regel

108 **Verrückt oder kalkuliert? ... oder Fomo?**
Nadine Regel

116 **Leben im Wärmetauscher**
Tom Dauer

120 **alpinhacks.** Abbauen ohne Absturz

122 **medien**

124 **kolumne**

Sonnenschein-Anxiety

Gerne möchte ich diesen ehrenvollen Platz im Magazin nutzen, um ein Syndrom zu thematisieren, das meiner Meinung nach in Bergsportkreisen weit verbreitet ist und über das wir sprechen sollten: den Sonnenscheinstress (auch Sonnenschein-Anxiety genannt). Ich bin selbst seit vielen Jahren davon betroffen. Sonnenscheinstress ist dadurch charakterisiert, dass die Betroffenen, sobald die ersten Sonnenstrahlen über den Horizont kitzeln, den instinktiven Drang verspüren, sofort und kompromisslos einen Berg zu besteigen, eine Wand zu durchklettern oder einen Tiefschneehang zu durchpflügen (je nach Jahreszeit) – dies aber aus beruflichen (Bürojob), familiären (Kinder hüten) oder gesundheitlichen (gebrochener Haxn) Gründen gerade nicht können.



Die Forschung kennt die saisonale affektive Störung (SAD), bei der sich die Stimmung in der dunklen Jahreszeit merklich verschlechtert („Winter-Blues“). Der Sonnenscheinstress ist sozusagen eine umgekehrte saisonale affektive Störung, bei der Gereiztheit und innere Unruhe vermehrt bei Sonnenschein auftreten. Gewissermaßen eine durch gute Witterungsverhältnisse getriggerte FOMO. Auch aus der Forschung bekannt: die „psychomotorische Unruhe“, ein inneres Getriebensein bei erhöhter körperlicher Aktivität. Dass psychologische Phänomene wie FOMO durch die (a)sozialen Medien noch verstärkt werden, ist durch Studien belegt. „Alle anderen sind am Berg und machen geilen Scheiß, nur ich sitze im Büro und beantworte E-Mails.“ Die schiere Menge an geilem Scheiß, der uns in die Timelines gespült wird, führt zu einem erhöhten „Freizeitdruck“, zu einem vermeintlichen Zwang zu blank poliertem Individualismus.

Was aber, wenn dieser Druck, ständig aktiv sein zu müssen, fast zwanghaft wird? Ist das wirklich noch das, was wir in den Bergen einst suchten? Das Paradoxe an diesem Krankheitsbild ist schließlich, dass es die Patienten daran hindert, einen schönen Tag am Sandkastenrand, im Park oder auch auf dem Sofa zu genießen. Sollten schöne Tage nicht letztlich eine himmlische Einladung sein, sie in vollen Zügen wertzuschätzen, egal wo?

Mit Sicherheit. Daher könnte unser neues Mantra fortan sein: JOMO, die „Joy Of Missing Out“. Einen guten Alpentag ganz bewusst verpassen, einen unverspurten Pulverhang wohlwollend ruhen lassen, genüsslich daheim bleiben. Wäre das nicht auch schön? Unser Umfeld wird es uns danken. JOMO, because YOLO!¹

Simon Schöpf, Online-redaktion bergundsteigen

alpenverein
österreich



Verzicht und Inklusion

Bergsport ist nicht nur eine physische Herausforderung, sondern auch ein Bereich, in dem ethische Werte wie Verzicht und Inklusion eine zentrale Rolle spielen. Diese Werte fördern einen verantwortungsvollen Umgang mit der Natur und ermöglichen den Zugang zum Bergsport für Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten und Hintergründen. Das bedeutet nicht nur, auf das Erreichen von Gipfeln oder auf materiellen Komfort zu verzichten, sondern auch, bewusste Entscheidungen für die Umwelt und das eigene Wohlbefinden zu treffen. Das Nicht-Überschreiten der eigenen physischen und psychischen Grenzen gehört ebenso dazu, wie der bewusste Verzicht auf Risiken, indem Routenplanung und körperliche Ausdauer sorgfältig abgewogen werden. Oftmals geht es darum, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren – sowohl bei der Ausrüstung als auch im Verhalten. Das Vermeiden von unnötigem Ballast (sowohl im physischen als auch im mentalen Sinn) kann eine befreiende Erfahrung sein.



Bergsport soll für alle zugänglich und erlebbar sein – unabhängig von Alter, Geschlecht, Herkunft oder auch körperlichen Einschränkungen. Hier geht es um den Abbau von Barrieren, sowohl physischer als auch gesellschaftlicher Natur. Immer mehr Initiativen ermöglichen es Menschen mit körperlichen Einschränkungen Bergsport zu erleben. Dazu gehören speziell angepasste Ausrüstungen wie Rollstühle für unwegsames Gelände, Tandem-Fahrräder für blinde oder sehbehinderte Menschen oder auch barrierefreie Hütten und Wege.

Inklusion im Bergsport fördert die Teilhabe aller Menschen, unabhängig von Geschlecht, sozialer Herkunft oder kulturellem Hintergrund, und kann dazu dienen, um Diskriminierung abzubauen und Gleichberechtigung zu fördern, indem der Bergsport Menschen aller Hintergründe zusammenbringt. Neben den körperlichen Herausforderungen bietet Sport auch soziale Verbindungen. Inklusive Kletter- oder Wandergruppen fördern die Zusammenarbeit und den Austausch zwischen Menschen verschiedener Herkunft und mit verschiedenen Fähigkeiten. Verzicht und Inklusion sind miteinander verbunden, wenn es darum geht, den Bergsport für alle zugänglich zu machen, ohne unnötige Belastungen für die Natur oder andere Menschen zu verursachen. Der bewusste Verzicht auf exklusive Ansprüche im Bergsport schafft Platz für mehr Vielfalt. Gleichzeitig können durch Inklusionsinitiativen neue Perspektiven und wertvolle Erfahrungen geschaffen werden, die den Gemeinschaftsgedanken stärken und das Verständnis für Natur und Mensch erweitern.

Anja Pinzel, Ressort Sportentwicklung
Projektleitung „Alpen.Leben.Menschen“/
Inklusion & Integration

DAV
Deutscher Alpenverein

¹ „You Only Live Once“, um im Jugendsprech zu bleiben. Wer kann hier relaten?

FOMO – oder die Freude am Verpassen

Der Bergsport ist die perfekte Therapie für unsere hektische Welt und bietet eine wunderbare Möglichkeit, die „Freude of Missing Out“ (FOMO im positiven Sinne) zu erleben – und unsere Kinder sind wahre (Lehr-)Meister darin, diese verlorengegangene Fähigkeit wiederzuentdecken. Wer mit Kindern in den Bergen unterwegs ist, weiß bestens, dass jeder Stein zu einem Schloss, jede Schneeflocke zu einem Edelstein oder jede Wolke zu einem Ungeheuer werden kann. Gerade das „Hier und Jetzt“ ist der Schlüssel, um FOMO in Freude und persönlichen Gewinn zu verwandeln. Ob man einen glitzernden Schneehang befährt oder einfach nur in einer Blumenwiese liegt – es zählt der Moment und die verpassten, vermeintlich wichtigen Dinge werden nebensächlich.

Der Bergsport ist ein ideales Tummelfeld, um zu lernen, dass weniger oft mehr ist. Leckerer Tourenproviant, inspirierende Geschichten und die Aussicht genügen, um Raum und Zeit in die Tiefe zu erweitern und um Glück zu erfahren. Einfachheit zeigt uns, was es braucht, um wirklich erfüllt zu sein.

Der Bergsport bietet die Chance der Resonanz, denn es gibt keine Garantie, den Gipfel immer zu erreichen oder die optimalen Verhältnisse anzutreffen. Vielmehr sind es die Momente der überraschenden kleinen Begebenheiten, die unser Herz in einen freudigen Zustand versetzen können. Um diese Augenblicke nicht zu verpassen, dient eine unvoreingenommene Offenheit und auch die Akzeptanz, dass nicht immer alles perfekt läuft.

Meine Kinder haben mir die Augen wieder geöffnet für die Kostbarkeiten des Moments, für die Freude, anderes zu verpassen und innezuhalten, um zu staunen und dankbar zu sein. Früher spähte ich im Anblick der Eigernordwand immer auf ihre Verhältnisse. Heute staune ich zusammen mit meinen Kindern über die glitzernde Schneedecke. Indem wir uns vom Tempo der Kinder leiten lassen, lernen wir, das Verpassen nicht nur zu akzeptieren, sondern als Gewinn zu sehen.

Die Freude am Verpassen bedeutet nicht, keine Ziele zu haben und diese zu verfolgen. Vielmehr geht es darum zu wählen, was für uns zählt und welche Bedeutung wir unserer Wahl geben. So wird auch jeder Tag am Berg zu einer Lektion über das Leben: Es geht nicht darum, alles zu haben, sondern bewusst zu erleben, was wirklich wichtig ist.

Marcel Kraaz
Ressortleiter Breitensport,
Familienvater und Bergführer

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



Wenns amol nit geah, geah'ts holt nit ...

Zum Zeitpunkt des Verfassens dieses Kommentars – es ist bereits Ende Jänner – kann man mit der aktuellen Schneelage bei uns Skitouren vergessen. Es ist in der Südtiroler Skitourenszenen Gesprächsthema Nummer 1: „Wann kommt endlich Schnee? Wo könnte es gehen?“ Der eine oder andere hatte das Glück, an den wenigen Tagen mit guten Bedingungen eine Tour mit etwas Pulverabfahrt zu erleben.

Doch der wenige Neuschnee war dem Ansturm der Skitourenbegeisterten nicht lange gewachsen. Natürlich: Wenn man bereit ist, lange Anfahrten in Kauf zu nehmen oder gute „Stoanski“ hat, war irgendwo immer eine Tour möglich. Es war und ist aber mit viel Aufwand und Kompromissbereitschaft verbunden. Uns nützt die beste und modernste Skitourenausrüstung nichts, denn im Winter sind wir noch stärker als sonst von der Natur abhängig und können diese nicht nach unseren Wünschen, Bedürfnissen und dem Terminkalender beeinflussen.

Auch die Organisation unserer Winterkurse war bis jetzt von kurzfristigen Absagen und Verschiebungen geprägt: Der Winterblock der Tourenleiterausbildung wurde verschoben, die mehrtägigen Skitourenkurse für unsere Mitglieder wurden mehr schlecht als recht durchgeführt und die Freeridetage für Jugendliche konnten nur teilweise mit Abfahrten außerhalb der Pisten durchgeführt werden. Die Ausbilder konzentrierten sich daher vor allem auf die Kameradenrettung und theoretische Themen zur Erkennung alpiner Gefahren. Gar einige der zahlreichen Lawinen-Übungstage der Sektionen mussten mehr im Grünen als im Schnee abgehalten werden.

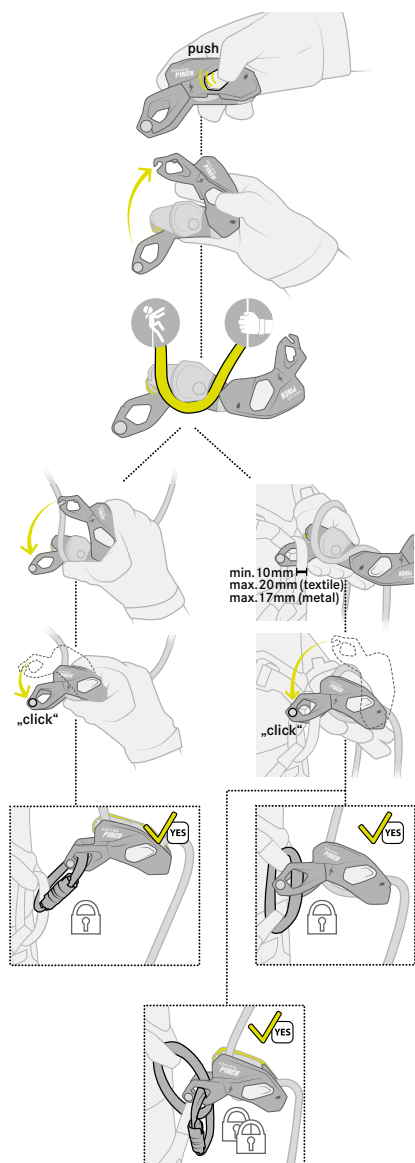
Aber wir machen mit viel Motivation weiter, denn wir sind davon überzeugt, dass unsere Vorbereitung und Prävention ein wichtiger Beitrag zu mehr Sicherheit in den Bergen ist, wenn der Schnee kommt und alle unterwegs sind.

Bis ihr diesen Kommentar im aktuellen bergundsteigen lesen werdet, haben sich hoffentlich unsere Sorgen wegen Schneemangels gelöst und wir können abseits präparierter und überfüllter Aufstiegsspur unsere Berge und die Ruhe der winterlichen Landschaft genießen.

Bis dahin machen wir mit viel Optimismus das Beste daraus. Und wie ein Freund von mir zu sagen pflegt: „Wenns amol nit geah, geah'ts holt nit ...“

Stefan Steinegger
Mitarbeiter Referat Bergsport & HG





Möglichkeiten zur Anwendung aus der Edelrid-Gebrauchsanleitung des PINCH.

[Gaswerkmethodade?] Hallo bergundsteigen-Team, das noch relativ neue Sicherungsgerät PINCH der Firma Edelrid wird grundsätzlich als innovatives, praxistaugliches Sicherungsgerät mit „gut“ bis „sehr gut“ bewertet, wenngleich auch auf den (äußerst relevanten!) Nachteil hingewiesen wird, dass sich das Verschlusssystem zu leicht öffnen lässt.

Ich hatte das Gerät bereits selbst in der Hand und tatsächlich öffnet sich der Mechanismus des Verschlusssystems erschreckend einfach. Zum einen widerspricht diese Art von Verschlusssystem der Maßgabe, dass für zentrale Bestandteile der Sicherungskette grundsätzlich Elemente mit gesicherten Verschlusssystemen anzuwenden sind (Standplatz, Umlenker, Selbstsicherung, Verbindung von Sicherungsgerät zum Gurt). Dies ist beim PINCH, bei Anwendung des neuartigen Befestigungsmechanismus direkt am Gurt, nicht der Fall. Gerade bei Anfängern, welche ggf. „unkontrolliert“ am Sicherungsgerät „herumspielen“ (was natürlich nicht sein sollte, sich aber auch nie ganz ausschließen lässt), ist das Risiko eines unbeabsichtigten Öffnens schlichtweg zu groß.

Zum anderen resultiert gerade bei dieser Art von Verschlusssystem das (erhebliche!) Problem, dass die Sicherungskette im Falle eines unbeabsichtigten Öffnens des Verschlussmechanismus unter Belastung zwangsweise versagt. Es gibt hier keinerlei „Hintersicherung“ wie z. B. bei einem verschlussgesicherten Karabiner: Selbst wenn ein Verschlusskarabiner unter Belastung geöffnet werden sollte, passiert im ersten Moment erst mal noch gar nichts.

So gesehen bietet die Verbindung dieses bzw. jedes anderen Sicherungsgeräts am Gurt mittels eines verschlussgesicherten Karabiners eine erhebliche Steigerung der Sicherheit in der Sicherungskette. Der „Vorteil“, dass das Gerät näher am Gurt sitzt, ist insofern völlig unerheblich. Diese ca. 8–10 cm machen im Sicherungsvorgang wirklich keinen signifikanten Unterschied, zumindest jedoch rechtfertigt dies nicht das bereits beschriebene Risiko.

Dass das PINCH an dieser Stelle gerade durch bergundsteigen „so gut wegkommt“, erschreckt mich! Dieses Gerät braucht man nicht, es ist zu gefährlich. Es ist insofern eine unnötige Neuentwicklung und erweckt den Anschein, dass die Hersteller vermutlich aus dem einen Grund ständig Neuerungen entwickeln müssen, weil der Markt (mit guten, sicheren Sicherungsgeräten) einfach auch mal gesättigt ist. Denn sehr gute Sicherungsgeräte gibt es bereits zur Genüge, und diese halten nun mal „ewig“, wenn nicht gar ein Leben lang. Aber die Hersteller sind halt vor allem Verkäufer ...

Um es kurz zu sagen: Mit diesem Gerät würde ich mich nicht sichern lassen. Ich bin gespannt, ob und wie sich dieses Gerät verbreiten wird.

Beste Grüße aus Karlsruhe
Matthias Kuhnt



**DIALED IN.
PRECISION FIT.**

Hallo Matthias,
danke für deinen Leserbrief und deine Meinung zum PINCH. Wir haben in unserem Artikel versucht die neuen Sicherungsgeräte PINCH und NEOX möglichst differenziert vorzustellen und zu bewerten. Wir haben auf das vermeintliche Problem des Verschlussmechanismus beim direkten Einhängen des PINCH in den Gurt deutlich hingewiesen und auch gezeigt, wie gänzlich ausgeschlossen werden kann, dass das PINCH sich aushängt: durch einen zusätzlichen Karabiner. Die direkte Verbindung mit dem Gurt ist ein gänzlich neuer Ansatz und erleichtert das Handling in gewissen Situationen durchaus, aber vielleicht haben wir uns zu sehr auf das direkte Einhängen im Gurt konzentriert und hätten betonen sollen, dass das PINCH natürlich, wie alle anderen Sicherungsgeräte, auch mit einem Verschlusskarabiner in den Gurt eingehängt werden kann und dieses Problem dann nicht besteht.

Ansonsten gilt das Gleiche, wie für alle anderen Sicherungsgeräte: Niemand muss das PINCH verwenden und wer es verwendet, kann über das Wie selbst entscheiden. Wir finden es erfreulich, dass es mittlerweile viele unterschiedliche Sicherungsgeräte gibt. So haben wir alle die Möglichkeit, uns eine Meinung zu Sicherungsgeräten zu bilden und selbst zu entscheiden, welches Gerät wir wie in welcher Situation verwenden oder auch (gar) nicht. Beste Grüße

**Christoph Pirchmoser /
ÖAV / Bergsport / Lehrteam Sportklettern**

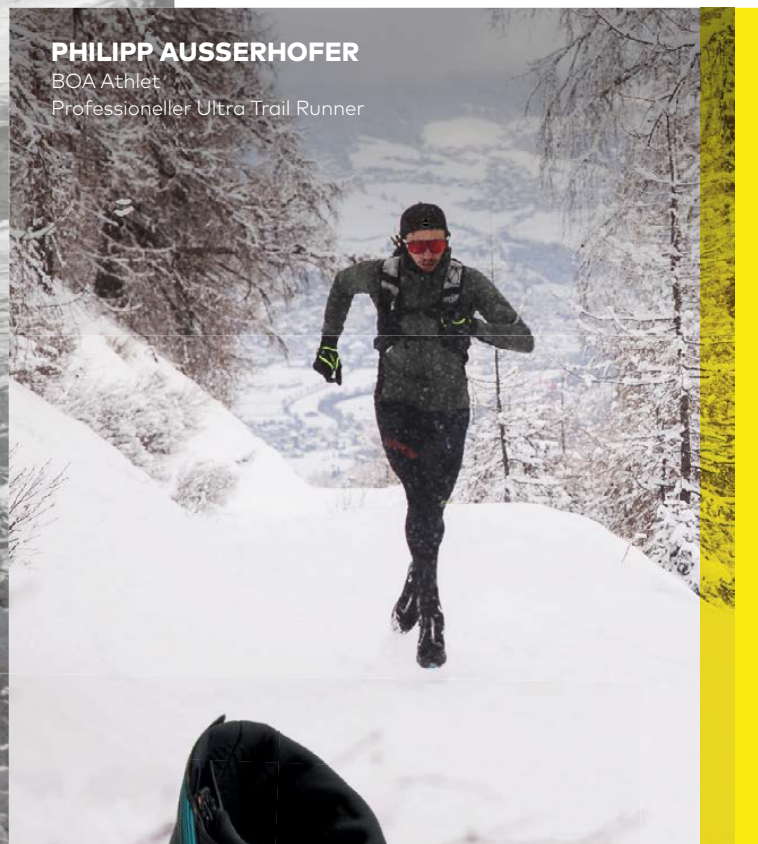
[Lebensdauer von LVS-Geräten] Liebes b+s-Team, über die Lebens- und Nutzungsdauer von PSA wurde und wird immer wieder gesprochen bzw. geschrieben.

Wie sieht es denn mit der von LVS-Geräten aus? Stand der Technik sind 3 Antennen – aber mittlerweile gibt es ja schon 3-Antennen-Geräte, die (fast oder gut) 20 Jahre alt sind. Klar kann die Software einiger Geräte upgedated werden, aber wie lange macht die Hardware das mit? Auf der anderen Seite geben manche alte Geräte eine höhere Reichweite an als neue, die es aktuell auf dem Markt gibt – die haben dafür ggf. bessere Software für z. B. schlechte Koppellagen oder Interferenzen. Gibt es Empfehlungen, ab wann man ein Gerät tauschen sollte? Viele Grüße

Annemarie Zeller

Liebe Annemarie!

Wir haben alle fünf LVS-Geräte-Hersteller vor zwei Jahren hinsichtlich ihrer empfohlenen Ablagefrist befragt, aber keine einheitlichen Rückmeldungen diesbezüglich bekommen. Die Empfehlungen reichten von „Keine Ablagefrist bei regelmäßiger Kontrolle“ (Mammut) bis hin zu „Austausch alle 5 Jahre“ (BCA). Heute wissen wir, dass alle LVS-Geräte (außer das PIEPS IPS Pro und das Mammut Barryvox 2 und S2) dieselbe Schwachstelle hinsichtlich des Alterungsprozesses aufweisen: Ein Keramikbauteil, das die Sendefrequenz stabil und innerhalb der erlaubten Norm hält. PIEPS hat bei seinen regelmäßigen Gerätechecks herausgefunden, dass die Sendefrequenz bei älteren Geräten nach ca. 15 Jahren so stark von der Norm abweichen kann, dass eine fehlerfreie Suche des jeweiligen Senders unter Umständen nicht mehr möglich ist.



PHILIPP AUSSERHOFER
BOA Athlet
Professioneller Ultra Trail Runner



BOA® FIT SYSTEM

DIALED IN.

Fein einstellbare, präzise Passform.

LOCKED IN.

Die eng anliegende Passform fixiert die Ferse und sorgt für mehr Geschwindigkeit, Stabilität und Ausdauer.

CONFIDENT.

Für kompromisslose Performance entwickelt – mit Garantie.

SCARPA
RIBELLE RUN KALIBRA G



Erfahre auf **BOAfit.com** wie das BOA® Fit System Passform neu definiert.

**THE BOA
LIFETIME
GUARANTEE**

BOA® Drehverschlüsse und Seile verfügen über eine Garantie für die Lebensdauer des Produkts, auf dem sie integriert sind.

Wir haben uns im ÖAV-Kernteam deshalb verständigt, die empfohlene Ablagefrist für LVS-Geräte mit maximal 15 Jahren zu kommunizieren. Dies allerdings nur, wenn das Gerät regelmäßig laut Herstellerangaben überprüft wird. Geräte können bei Bedarf natürlich früher ausgewechselt werden, vor allem wenn es konkrete Empfehlungen des Herstellers (Bsp. BCA) gibt. Liebe Grüße

Thomas Wanner / ÖAV / Abteilung Bergsport

a **[Alkaline-Batterien versus Lithium-Batterien in LVS-Geräten]** Da ich gerade meine LVS-Ausrüstung für den Winter durchgecheckt habe, ist mir wieder ein Punkt aus dem letzten Winter eingefallen: Ich hatte letzten Winter mein Mammüt Barryvox statt mit Alkaline-Batterien mit teureren Lithium-Batterien ausgestattet. Hintergedanke war, dass die Lithium-Batterien in der Kälte deutlich besser und länger funktionieren. Nicht bedacht habe ich aber den großen Nachteil, dass diese Batterien, wenn sie leer werden, schlagartig in der Leistung einbrechen und somit das LVS-Gerät den Ladezustand nicht korrekt anzeigen kann. Auf einer Tour im April ist es mir dann passiert, dass vor der Tour noch über 90 % Batteriestand angezeigt wurde und sich das Gerät während der Tour dann plötzlich abschaltete, weil die Batterien leer waren. Falls möglich, bitte ich Sie diesen Hinweis aufzunehmen, dass wirklich nur die normalen Alkaline-Batterien genutzt werden sollten. Freundliche Grüße
Martin Bahlinger

Lieber Martin!

Für die Verwendung in LVS-Geräten sind sowohl Lithium- als auch Alkalibatterien geeignet. Lithiumbatterien halten länger, sind aber auch teurer. Auch wiederaufladbare Lithiumbatterien würden funktionieren, werden von den Herstellern aber nicht empfohlen. Der Ortovox Direct Voice hat zum Beispiel einen Lithium Akku verbaut, was auch nichts anderes ist als eine wiederaufladbare Lithium-Batterien. Was es allerdings zu beachten gilt, ist, dass Lithium- und Alkalibatterien verschiedene Entladekurven haben. Diese Erfahrung hast du selbst gemacht.

Barryvox schreibt dazu in der Bedienungsanleitung: „Da die Zuverlässigkeit der Batterien gegen Ende der Lebensdauer abnimmt, empfehlen wir die Batterien bereits 10 % vor Erreichen der Notreserve der Normvorgabe zu ersetzen. Bitte Alkaline-Batterien bei 40 % und Lithium-Batterien bei 30 % ersetzen.“ Bei PIEPS-Geräten hast du sogar die Möglichkeit, den Batterietyp umzustellen. Damit wird die Entladekurve anders berechnet und unschöne Überraschungen – wie in deinem Fall – werden verhindert. Ein letzter Punkt, den viele außer Acht lassen und der vielleicht auch bei dir vorkam: Im Senden-Modus liegt das LVS-Gerät in der Regel nahe am warmen Körper und verbraucht einen Bruchteil so viel Strom wie beim Suchen. Wenn du das LVS-Gerät hingegen zum Suchen verwendest (z. B. beim Üben), verbraucht es viel mehr Energie – auch durch das Abkühlen des Geräts. Das könnte ein Grund sein, wieso dein Gerät plötzlich leer war. Diesen Fall beobachtet man immer wieder im Kursbetrieb – und das nicht nur bei Lithium-Batterien.

Zusammenfassend: Wenn dir eine exakte Batterieanzeige wichtig ist, dann besser bei Alkali-Batterien bleiben. Die am Ende steile Entladekurve von Lithium-Batterien macht eine exakte Bestimmung der Restkapazität schwierig. Wenn dein Gerät nicht von Alkali auf Lithium umgeschaltet werden kann, dann sollten Lithium-Batterien früh genug gewechselt werden. Damit wird der Vorteil einer längeren Laufzeit aber wieder relativiert. Liebe Grüße
Thomas Wanner / ÖAV / Abteilung Bergsport

m **[Mt. Everest „Vielleicht verrückt, aber nicht dumm“]** Lieber Gebi! Der Bericht über die Everest-Besteigung des Nepali Hari Magar hat mich ungemein beeindruckt. Die Willensstärke dieses Mannes und die seines Teams sind für mich unfassbar! Aber: Er verlor seine Beine beim Kriegseinsatz in Afghanistan als Angehöriger der Gurkha, einer britischen Elite-Kampfeinheit. Und dann habe ich erfahren, dass bei der überhasteten Flucht des Westens aus Kabul die Gurkhas einfach zurückgelassen und so der Rache der Taliban geopfert wurden. Dies gehört also auch zum Schicksal der armen Bergbevölkerung Nepals, sogar heute noch! Mit nachdenklichen Grüßen aus Wien
Leo Graf

n **[Notruf am Berg]** Sehr geehrte Redaktion, mit großem Interesse habe ich den Beitrag „Notruf am Berg: 4 Szenarios“ von Gerhard Mössmer vom Mai 2024 gelesen. Der Artikel bietet einen umfassenden Überblick über die verschiedenen Notrufmöglichkeiten in den Bergen, insbesondere in Szenarien ohne Mobilfunkabdeckung. Allerdings möchte ich eine wichtige Ergänzung vorschlagen, speziell für das Szenario der Satellitenkommunikation. Neben den in Ihrem Artikel erwähnten Geräten von Garmin und SPOT, die mit laufenden Abonnementkosten verbunden sind, gibt es auch eine Alternative ohne solche Kosten: Personal Locator Beacons (PLBs).

PLBs sind tragbare Notrufsender, die in einer Notsituation aktiviert werden und ein Notsignal über das COSPAS-SAR-SAT-Satellitensystem senden. Im Gegensatz zu Garmin und SPOT, die über private Notrufzentralen wie das IERCC in den USA laufen, senden PLBs direkt an staatliche Rettungszentralen. In der Schweiz wird der Notruf beispielsweise an das Rescue Coordination Centre (RCC) Zürich weitergeleitet, das unter der Aufsicht des BAZL (Bundesamt für Zivilluftfahrt) steht.

Ein PLB ist einfach zu bedienen, benötigt keine laufenden Abokosten und funktioniert weltweit, wenn freie Sicht zum Himmel besteht. Wichtig ist, dass der PLB vor der Nutzung mit einem Ländercode (z. B. 269 für die Schweiz) programmiert und bei COSPAS-SARSAT registriert wird. Weitere Informationen zu PLBs findet man beim Schweizer Bundesamt für Kommunikation BAKOM: <https://bit.ly/pdf-plb-bakom>
Eine gute Übersicht liefert zudem ein Beitrag von Olaf Birgelen: <https://bit.ly/sat-plb>



**DIALED IN.
PRECISION FIT.**

Vor- und Nachteile von PLBs:

■ Vorteile: keine laufenden Kosten, direkte Verbindung zu staatlichen Rettungsdiensten, einfaches System mit globaler Abdeckung.

■ Nachteile: keine bidirektionale Kommunikation, d. h., man erhält keine Rückmeldung über den Notrufstatus.

Zusätzlich möchte ich auf einen weiteren Punkt hinweisen, der für die Schweiz relevant ist: die Nutzung von Funkgeräten für Notrufe: Das Funknetz, insbesondere der Notfunk-Kanal 161.300 MHz, wird von der Schweizerischen Rettungsflugwacht Rega überwacht und steht in der ganzen Schweiz für Notrufe zur Verfügung, wenn eine Alarmierung per Telefon nicht möglich ist. Nähere Informationen findet man auf der Rega-Website: <https://www.rega.ch/im-einsatz/standorte-infrastruktur/notfunk>

Eine Umfrage des Schweizer Bergführerverbandes zeigte, dass viele Bergführer noch immer ein VHF-Funkgerät mitführen, was die Relevanz dieser Technologie auch heute unterstreicht. Mir fehlt diese Information im Artikel sowie die Informationen zu Funknetzen in anderen Alpenländern.

Abschließend möchte ich mich nochmals für den umfassenden Beitrag bedanken und hoffe, dass meine Ergänzungen für die Leser hilfreich sind. Lieber Gruß aus Davos

Rüdiger Robin Bodmer / Wanderleiter des Schweizer Bergführerverbandes

Lieber Rüdiger, vielen Herzlichen Dank für deine wertvollen Ergänzungen. Auf Grund von Rücksprachen mit Schweizer Bergführer-Kollegen habe ich mich letztendlich dazu entschieden, den Funk im Artikel nicht zu thematisieren, aber wenn du sagst, dass er immer noch viel in Verwendung ist, ist das ein wichtiger Hinweis, danke dafür, Liebe Grüße

Gerhard Mössmer / ÖAV / Abteilung Bergsport



Schweizer Bundesamt für Kommunikation BAKOM



Zum Beitrag von Olaf Birgelen



Nähere Informationen dazu auf der Rega-Website

MAX BERGER
BOA Pioneer



BOA® FIT SYSTEM

DIALED IN.

Fein einstellbare, präzise Passform.

LOCKED IN.

Eine eng anliegende, sichere Passform bietet mehr Stabilität im Fußgelenk.

CONFIDENT.

Für kompromisslose Performance entwickelt – mit Garantie.



Erfahre auf **BOAFIT.COM** wie das BOA® Fit System Passform neu definiert.

**THE BOA
LIFETIME
GUARANTEE**

BOA® Drehverschlüsse und Seile verfügen über eine Garantie für die Lebensdauer des Produkts, auf dem sie integriert sind.



[Werte] Hallo liebes bergundsteigen-Team, ich wünsche euch ein gutes Neues Jahr und danke euch für euer Engagement und die in jeder Ausgabe spannenden Artikel. Bei der aktuellen Ausgabe habe ich mich besonders gefreut, als ich den Titel „Werte“ gesehen habe. Ich dachte: Endlich geht es mal darum, dass es auch wirkliche, menschliche Werte gibt im Bergsport und dass diese oft hinter eigenem Egoismus, Heroismus und dem „Höher-schneller-weiter“ auf der Strecke bleiben. Was ich leider vorfand, waren keine ethischen Diskussionen, wie Tourenpartner:innen ausgesucht werden (nämlich oft nach Leistung und nicht nach Werten wie Zuverlässigkeit, Empathiefähigkeit, Gemeinschaftssinn), sondern z. B. ethische Diskussionen über Bohrhaken. Natürlich ist die Diskussion seit dem Thema der Erstbegehungen im Raum, welche Ethik man dabei verfolgt, und daher völlig gut und legitim. Jedoch erwartete ich unter dem Titel „Werte“ eine andere Art der philosophischen Diskussion. Meiner Meinung nach sollte man viel eher mal beleuchten, wie sich Seilschaften zusammensetzen, wie Menschen am Berg miteinander umgehen, wie die Bergführer:innen ausgebildet sind und welcher Ton dort herrscht. Und das alles kritisch hinterfragen. Sollte man nicht mit Freunden, die langsamer sind oder weniger schwer klettern, eine gute Zeit verbringen, anstatt sich das Seil mit stark kletternden Egoisten zu teilen, die sich nicht mehr für einen interessieren sobald man mal verletzt ist? Sollten Bergführer:innen nicht auch im Bereich Sozialkompetenz eingehend ausgebildet werden, wenn sie für eine Gruppe von sensiblen, ängstlichen, nicht an den Bergsport gewöhnten Menschen verantwortlich sein sollen? Sollten wir nicht alle mal hinterfragen, warum wir uns ein Seil teilen? Um unser persönliches Ziel zu erreichen oder um eine schöne, erlebnisreiche Zeit miteinander zu verbringen? Und dies vor unserer Tour mit unserer Tourenpartnerin/unserem Tourenpartner offen kommunizieren? Mein Wunsch wäre es, diese Fragen offen zu stellen und zu diskutieren. Herzliche Grüße aus dem Allgäu

Sarah Schröder



[snobs] Sehr geehrtes Redaktionsteam, ich habe mir kürzlich den Vortrag Lawinenupdate von Michael Larcher angehört. Dabei wurde besonders die Website snobs.live hervorgehoben und damit verbunden, dass wir uns hier positiv einbringen können. Jetzt habe ich mich gefragt, wie sehr ich mich da einbringen kann. Also wenn ich eine „Einfache Beobachtung“ mache, wie hilfreich ist das bzw. was wären so bestimmte hilfreiche Beobachtungen. Worauf sollte man da achten, damit diese Beobachtung auch sinnvoll ist für die weitere Verwendung? Als zweite Möglichkeit wurde auch der ECT genannt. Hier habe ich ein wenig recherchiert, wie dieser überhaupt genau geht, und bin auf folgenden Beitrag gestoßen: Beitrag von bergundsteigen #98 winter/ frühling 17. Ist das noch aktuell, oder gibt es auch hier bereits neue Kenntnisse? Schöne Grüße

Peter Haas

PS: Ein Lob für das beste Bergsportmagazin. Ich freue mich jedes Mal wieder, wenn die neue Ausgabe erscheint.

Hallo Peter! Die Rückmeldeplattform snobs.live hat den Zweck, Rückmeldungen aus dem Gelände kanalisiert und geordnet an den Lawin prognostiker weiterzugeben. Dabei sind alle Arten von Rückmeldungen willkommen: Frische Lawinen, Oberflächenreif, die trockene Schneefallgrenze (also dort, wo wirklich kein Regen mehr dabei war) oder auch Stabilitätstests könnten so eine Rückmeldung sein.

Wenn du dich bei den Schneedeckentests nicht so gut auskennst, dann solltest du unbedingt davor einen Kurs gemacht haben. Angebote gibt's von privaten Bergführern und motivierten Freaks wie Lukas Ruetz oder auch im Alpenverein und bei der Bergrettung.

Konkret zum ECT: Da hat sich während der letzten Jahre eigentlich nichts geändert. Der Test ist Standard und wird bis auf wenige Ausnahmen weltweit verwendet. Liebe Grüße
Thomas Wanner / ÖAV / Abteilung Bergsport



[Seilmitte markieren] Hallo, Frage zur Seil(mitten) markierung: Vor ca. 15 Jahren (2008–2010?) gab es in bergundsteigen einen Artikel über die Seilmittemarkierung mit Edding 3000 schwarz. Ist das immer noch zulässig? Seilmittenmarkierungen bzw. Seilkennzeichnungen (Seilbuch) allgemein sind ja sehr sinnvoll bis lebensrettend. Vielleicht könnt ihr einmal im Jahr irgendwo eine Fußnote bringen wie z. B.: Ja, Edding 3000 schwarz ist für Seilmarkierung okay? Vielen Dank. Liebe Grüße

Georg Svoboda

Hallo Georg, der Edding 3000 aus dem Artikel von 2002 im bergundsteigen (<https://www.bergundsteigen.com/magazin/artikel/seile-selbst-markieren/>) ist immer noch zulässig. Von verschiedenen Seilherstellern gibt es aber auch spezielle Stifte zur Markierung von Seilen. Hier ein paar Beispiele: <https://bolting.eu/shop/ropemarker-singing-rock/> <https://bolting.eu/shop/seilmarker-beal-roper-marker/> [https://www.oliunid.de/fixe-rope-marker-seilmarker?](https://www.oliunid.de/fixe-rope-marker-seilmarker?gad_source=1#92=17)

Liebe Grüße

Markus Schwaiger /

ÖAV / Abteilung Bergsport / Sportklettern



**Zum Artikel:
Seile selbst markieren?
bergundsteigen #39 / Sommer 2002**



[Schnee und Lawine] Anmerkung der Redaktion: Die spannenden Leserbriefe zum Thema Schnee und Lawine müssen leider aus platztechnischen, zeitlichen und redaktionellen Gründen zu einem späteren Zeitpunkt abgedruckt werden!



NXT

» » » A FAST
FORWARD STORY

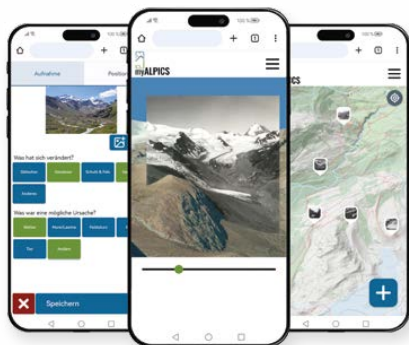


SALEWA
COMMITTED

THE MOUNTAINS HAVE ALWAYS BEEN OUR PLAYGROUND SHAPED BY TIME, NATURE AND ELEMENTS THEY ARE CONTINUOUSLY EVOLVING. THE DOLOMITES ROCK INSPIRED OUR NEW MOUNTAINEERING COLLECTION. ENGINEERED FOR ADVANCED AND DURABLE PERFORMANCES, SURPRISINGLY LIGHT. WHAT'S NEXT? NXT.

» WILDFIRE
NXT MID
GTX

myALPICS



Die Veränderung unserer Alpen gemeinsam erleben und dokumentieren.

Der Klimawandel hinterlässt Spuren in den Alpen: Gletscher schmelzen, Bäche bahnen sich neue Wege, Pflanzen besiedeln vom Gletscher freigegebene Flächen und Rutschungen verlagern Steine und Geröll. Viele Folgen des Klimawandels sind jedoch noch unzureichend erforscht: Werden sich die Größe und/oder die Häufigkeit von Lawinen, Muren oder Steinschlägen verändern? Was bedeutet das für unsere Sicherheit? Wie verändert sich die Pflanzenwelt in den verschiedenen alpinen Höhenlagen und wie wirkt sich das auf den Erholungswert der Landschaft aus? Es fehlen uns somit wichtige Bausteine, um die sich ergebenden Folgen für die Zukunft besser verstehen und vorhersagen zu können.

Gemeinsam können wir diese Lücke schließen: Wir alle tragen ständig ein kleines Messgerät bei uns, auch wenn wir in den Bergen unterwegs sind – unser Smartphone. Mit den eingebauten Kameras können nicht nur besondere Erinnerungen an Wanderungen festgehalten, sondern auch aufgetretene Veränderungen mit Hilfe von Fotos dokumentiert werden. Um das Ganze so einfach wie möglich zu gestalten, haben wir myALPICS entwickelt: eine App, mit der alle ihre Beobachtungen mittels Fotos dokumentieren und einfach mit uns teilen können. Aber nicht nur das: Wir haben hunderte historische Fotos aufgearbeitet, welche die teilweise dramatischen Veränderungen unserer Alpen durch einen Vergleich von früher und heute aufzeigen. Mit myALPICS können die Aufnahmeorte der Fotos auf einer interaktiven Karte gefunden und die historischen Fotos visualisiert und erneut fotografiert werden. Somit können wir alle mit myALPICS die Vergangenheit hautnah erleben. Lassen Sie sich überraschen und helfen Sie mit! myALPICS wird gemeinsam von der Technischen Universität Wien und der EURAC Research in Bozen entwickelt. Weitere Informationen zum Projekt selbst, dem Download und der Installation der App gibt es unter www.myalpics.com.



**Einsendeformular
von Edelrid**

Aufruf zur Überprüfung Edelrid Klettersteigsets CABLE COMFORT TRI

EDELRID ruft Besitzer:innen des Klettersteigsets CABLE COMFORT TRI auf, die Nutzung sofort einzustellen und das Set zur Überprüfung zurückzusenden. Bei Tests wurden Festigkeitsschwankungen an den Metallkomponenten des Dreifachwirthels festgestellt. Nicht betroffen sind Sets der Charge Y-2024-0384. Bereits geprüfte Sets haben einen geprägten Kreis um das „e“-Logo auf einer der Kunststoffschalen. **Betroffene Produkte.** Betroffen sind alle aktuell ausgelieferten Sets bis zur Charge Y-2024-0364. Die Chargennummer befindet sich unter der Klettverschlusslasche der grünen Tasche des Falldämpfers.

Vorgehensweise. Herstellungsdatum überprüfen und gegebenenfalls an Edelrid einschicken. Eine eigenständige Prüfung durch die Nutzer:innen ist nicht möglich.

Vogelschutz und Klettern – geht das?

Österreichischer Alpenverein. Der Lebensraum Fels bietet einzigartige Lebensbedingungen, die von speziellen Pflanzen- und Tierarten genutzt werden. Felsen und Steilhänge sind zudem wichtige Rückzugsorte für seltene und gefährdete Tierarten wie bestimmte Vogelarten (siehe Felsbrüter), Reptilien und Insekten, die auf die besondere Struktur und Schutzfunktion der Felsen angewiesen sind. Insgesamt sind Felslebensräume daher wertvolle Ökosysteme, die zur biologischen Vielfalt beitragen und spezielle ökologische Nischen bieten. Aus Rücksicht auf diesen Lebensraum und vor allem die sehr empfindlichen Felsbrüter ist es wichtig, dass ein möglichst friktionsfreies Miteinander von Kletterer und Natur geschaffen wird.

In Zusammenarbeit mit Hermann Sonntag (Sonntagplus.com) und Birdlife Austria (birdlife.at) wurde an einer Lösung für den Schutz von Felsbrütern gearbeitet. Wenn ein Klettergarten von Felsbrütern besiedelt ist, genügt es, einzelne Routen, die unmittelbar an die Brutstätte heranführen, in der Brutzeit zu sperren. Vögel reagieren nämlich oft empfindlich auf Störungen und verlassen manchmal sogar ihre Nester, wenn sie sich bedroht fühlen. Für diese temporäre Sperre von Routen wurde eine Tafel entworfen, die direkt in den ersten Haken eingehängt werden kann und mittels abgebildeten QR-Codes zu einer Seite mit weiteren Informationen führt. Nach dem Einscannen des QR-Codes auf der Tafel (siehe Muster) wird man auf diese Seite mit allen Infos und Steckbriefen zu den Felsbrütern geleitet. Haben sich in eurem Klettergarten felsbrütende Vögel angesiedelt? Bitte meldet euch bei: **markus.schwaiger@alpenverein.at**

Ausprobiert

Exped WhiteOut 30. Der „White Market“ – wie die Rucksäcke aus hochfestem UHMWPE-Gewebe in der Szene genannt werden – ist stark auf dem Vormarsch. Viele größere Rucksack-Hersteller haben mittlerweile ein oder mehrere Modelle aus Dyneema im Programm. Wir haben den Exped WhiteOut 30 auf Wander-, Kletter- und Grattouren ausprobiert. Exped verwendet beim Whiteout ein 200-Denier-UHMWPE-Gewebe mit Ripstop-Struktur (7 x 7 mm), welches in Taiwan bei einer der weltweit besten Webereien gewoben und anschließend mit einem wasserdichten, hydrolyseresistenten TPU-Film laminiert wird. Das Material hat uns sehr überzeugt und wirkt sehr stabil und wertig. Trotz der 30 % stärkeren Faser bringt der Rucksack gerade einmal 605 Gramm auf die Waage. Das Hauptfach ist vollständig abgedichtet und wasserdicht. Der Rucksack kommt im gewohnten Exped-Rolltop-Design und erlaubt eine schnelle Anpassung des Volumens. Diverse Fixiermöglichkeiten für Skier, Eisgeräte, Stöcke etc. sind durch die bewährte „Daisy-chain“-Konstruktion möglich. Besonders praktisch ist die stabile Rückenplatte. Auch schlampig gepackt hat man keine Probleme mit eckigen Jausenboxen, die ins Kreuz drücken. Die breiten Schulterstraps sind sehr bequem, beim Klettern aber etwas breit dimensioniert, vor allem, wenn man schmalere Schultern hat. Ebenso der Hüftgurt, der direkt am Ende der Schulterriemen ansetzt und bei schmalen Personen verhältnismäßig viel seitliche Bewegung des Rucksacks zulässt. In Summe ist der Rucksack aber absolut empfehlenswert, vorausgesetzt man ist bereit, 370 Euro in diese Art von High-End-Rucksäcken zu investieren. [Thomas Wanner]

Auftrieb Saucer. Bootpacking, also Schneestapfen durch steile Flanken mit Skiern am Rucksack, ist mühsam. Viel leichter geht es mit Saucer. Womit? Die Saucer der Schweizer Firma Auftrieb (Einmannunternehmen um Andreas Trunz) sind das, worauf alle Freerider, Steilwandfahrer und Winteralpinisten die letzten Jahre gewartet haben. Die Platten werden auf die Skischuhe montiert, vergrößern die Trittlfläche und reduzieren somit das Einsinken im Schnee deutlich! Falls man mit Steigeisen unterwegs ist, können die Saucer-Platten montiert und demontiert werden, ohne die Steigeisen zu berühren. Obwohl die Optik zunächst Carbon vermuten lässt, sind die Crampflifer aus selbstverstärktem thermoplastischen Compound-Material hergestellt. Es wurde in diesem Zusammenhang auch bewusst auf Carbon verzichtet, da ein Stein- oder Felskontakt nicht komplett ausgeschlossen werden kann und hier Carbon deutliche Nachteile aufweist. Das euphorische Fazit des norwegischen Freeskiers Nikolai Schirmer zu den Aufstiegsplatten: „Wahrscheinlich das Beste, was dem Backcountry-Skifahren seit den Doppel-Rocker-Skiern passiert ist.“ Unser Fazit nach dem Ausprobieren: Die Platten leisten gute Dienste in steilen Couloirs und können auch bei Zustiegen zum Eisklettern oder beim Winterbergsteigen allgemein hilfreich sein. [Redaktion]



Dieses Schild wird am ersten Haken angebracht.



Der neue Exped-Rucksack im Test.

Foto: Simon Schöpf



Die Platten am Ski- oder Bergschuh helfen sowohl bei Eiskletterzustiegen als auch in steilen Couloirs.

Mensch und Lawine

Versuch einer Bestandsaufnahme – Teil 3 von 3: die soziale Welt

In den ersten beiden Teilen der Beitragsreihe haben wir Aspekte der Risikosituation „Lawinengefahr“ und Aspekte der Person beschrieben, die in dieser Situation Gefahren einschätzt und zu Entscheidungen kommt. Nun geht es um den sozialen Kontext, in dem Skitourengehen und Freeriden stattfindet. Wir gliedern ihn in drei Gruppentypen: die Gruppe, in der man unterwegs ist, die anderen anwesenden Gruppen auf Tour sowie Einflüsse durch Gruppen oder einzelne Personen, die für einen bedeutsam sind, die aber gar nicht anwesend sind.

Von Bernhard Streicher und Martin Schwiersch



**Wir sind soziale Wesen und werden in unseren Entscheidungen von anderen beeinflusst.
Zum Beispiel durch eine Gruppe, die vor uns in den Hang einfährt.** Illustrationen: Daniel Cojocaru, www.jojacoma.com



Bernhard Streicher, ist Mitglied der Kommission Sicherheitsforschung des DAV und arbeitet als Autor, Redner und Berater. Er war Universitätsprofessor für Sozial- und Persönlichkeitspsychologie mit einem Forschungsschwerpunkt zum Thema Risiko.

Warum andere wichtig für uns sind

Wir können ohne andere Menschen nicht überleben. Wir entwickeln uns durch den Umgang mit anderen erst zu dem sozialen Wesen, das wir sind. Wir gehören Gruppen an, sind ständig auf sie ausgerichtet, entweder verbindend oder abgrenzend. In Gemeinschaften erhalten wir anerkennende, selbstwertrelevante Rückmeldungen: „Du bist ein wichtiges Mitglied bei uns und wir mögen und schätzen dich.“ Darüber hinaus ermöglichen Gruppen uns, Ziele zu verfolgen und zu erreichen, die wir allein nicht angehen könnten. Die Beziehung zu anderen und die Mitgliedschaft in sozialen Gemeinschaften haben also eine große Bedeutung für uns (Baumeister & Leary, 1995). Entsprechend sensibel sind wir für Anzeichen, dass unsere Einstellungen oder unser Verhalten nicht mit den Erwartungen und Normen innerhalb der Gruppe übereinstimmen könnten. Allein schon die Möglichkeit einer sozialen Ausgrenzung erleben wir als ausgesprochen bedrohlich (Williams et al. 2013). Daher ist unser Denken, Wahrnehmen, Urteilen und Entscheiden nahezu immer auch an unseren sozialen Bedürfnissen (z. B. Bindung und Sicherheit erleben, Bedeutung haben, Anerkennung erhalten) ausgerichtet, ohne dass uns deren Ausmaß permanent bewusst wäre.

Dabei ist weder Voraussetzung, dass andere anwesend sind, noch müssen Gruppen in dem Sinne real sein, dass alle Gruppenmitglieder sich kennen oder miteinander interagieren. Es genügt, wenn wir uns einer imaginierten Gruppe zugehörig fühlen, weil wir gemeinsame Merkmale haben (z. B. die „Gebietskenner“ mit dem gemeinsamen Merkmal, im Gebiet viel unterwegs zu sein). Durch diese nicht real anwesenden, aber für uns bedeutsamen anderen denken wir mit, wie unsere Handlungen wohl ankämen: „Findet unser Verhalten Zustimmung oder aber eher Ablehnung?“ Wer Schwierigkeiten hat, in enge Parklücken in Städten rückwärts einzuparken, wird sich anders verhalten, wenn er denkt, dass er beobachtet wird. Es ist nicht entscheidend, ob uns tatsächlich jemand beobachtet, sondern dass wir dies annehmen. Selbst einsam in der freien Natur genügt allein der Gedanke, wie andere wohl unser Verhalten sehen würden, um unsere Wahrnehmung und unser Tun zu beeinflussen. Damit sind „Gruppen“ ebenso wie der Mensch (vgl. Teil 1; Streicher & Schwiersch, 2024a) beim Skitourengehen kein Faktor, sondern eher ein nicht offensichtlicher Raum, in dem wir uns bewegen, während wir im sichtbaren Raum des Gebirges unterwegs sind, ob allein oder in der Gruppe.

Jede:r Skitourengeher:in wird den Einfluss der sozialen Welt auf das eigene Erleben und Verhalten in der Risikosituation „Lawinengefahr“ kennen. Sei es, dass man ein Unwohlsein oder eine Einschätzung den anderen nicht mitgeteilt hat, weil man sich nicht kompetent genug gefühlt hat, sei es, dass man den Einschätzungen anderer einfach vertraut und sich nicht selbst aktiv an den Entscheidungen beteiligt hat, oder sei es, dass man sich in einem Hang sicherer fühlte, weil da

schon eine Aufstiegsspur war. Ebenso wird schon jede:r auf Skitouren unterschiedliche Gruppendynamiken wie Konflikte oder Euphorie und ihre Auswirkungen auf die Entscheidungsfindung erlebt haben. Als entsprechend bedeutsam werden soziale Einflüsse auch in der Fachcommunity eingeschätzt. Für diese Beitragsreihe, die ja einen Überblick zum Thema Mensch und Lawine geben will, haben wir versucht, den aktuellen Wissensstand zum Thema „Gruppe auf Skitour“ durch Recherchen der Veröffentlichungen in deutschsprachigen Fachmagazinen – allen voran bergundsteigen – und in wissenschaftlichen Datenbanken zu erfassen (s. a. Hetland et al., 2024). In bergundsteigen sichteten wir bei 102 Ausgaben (#28 bis #129) alle Beiträge, die sich explizit den Einflüssen von Gruppen auf Entscheidungen widmeten. Insgesamt ergab sich eine beachtliche Lücke zwischen der vermittelten Bedeutsamkeit des Themas „Gruppe“ in Anekdoten, einzelnen Fallgeschichten oder allgemeinen Beschreibungen und Hinweisen einerseits und dem durch empirische Forschung gewonnenen Wissen andererseits. Der Mangel an empirisch fundierten Erkenntnissen ist sicher darin begründet, dass bereits die Untersuchung nur einzelner Aspekte des Entscheidungsverhaltens von Skibergsteiger:innen im Gelände ausgesprochen aufwändig ist (vgl. Streicher & Schwiersch, 2024b), die Erfassung der Wahrnehmungs-, Informationsverarbeitungs- und Entscheidungsprozesse von Gruppen aber eine ernsthafte methodische Herausforderung ist. Daher werden häufiger Labor- oder Onlinestudien durchgeführt und als Erhebungseinheit werden eher Individuen verwendet und nicht Gruppen. Die Aussagekraft dieser Studien ist aber insofern eingeschränkt, dass von abstrakten Erhebungssituationen weder 1:1 auf reales Verhalten im Gelände geschlossen werden kann noch bekannt ist, wie die untersuchten Einzelpersonen sich in einem Gruppenkontext verhalten hätten. Wir fassen die Ergebnisse zusammen und konzentrieren uns auf Studien, die versuchten, Gruppeneinflüsse auf die Wahrnehmung von Informationen und die Entscheidungen zu erheben.

Einflüsse der eigenen Gruppe

Systematische Verzerrungen bei Entscheidungen

Die geläufigsten entscheidungsverzerrenden Mechanismen in Gruppen sind beim Skitourengehen die sogenannten FACETS, die durch die Studien von McCammon bekannt geworden sind (McCammon, 2002, 2003, 2004a, 2004b; Utzinger, 2004). Das Akronym steht für Familiarity (Vertrautheit), Acceptance (Akzeptanz), Consistency (Konsistenz im Handeln, insb. Festlegung auf Ziel), Experts (Experten-Halo), Tracks/Scarcity (Knappheit) und Social Proof bzw. Social Facilitation (soziale Bewährtheit bzw. soziale Erleichterung; für Begriffsklärungen s. Brugger et al., 2022; Johnson et al., 2020). McCammon griff auf Unfalldaten und damit reale Gruppen zurück. Gruppeninterne Faktoren wären nach seinen

Ergebnissen Vertrautheit mit dem Gelände, Festlegung auf ein bestimmtes Ziel sowie Attraktivität. Letzteres schließt er aus dem Ergebnis, dass gemischtgeschlechtliche Gruppen Touren mit höherem Risikopotenzial wählten als reine Männergruppen. Er nimmt an, dass Männer vor Frauen als risikopositiv dastehen wollen. In einer Online-Studie mit Individuen, die kurze Fallgeschichten – sogenannte Vignetten – gelesen hatten, in denen die FACETS systematisch variiert wurden, konnten die Effekte der FACETS auf die Risikobereitschaft weitgehend gezeigt werden (Furman, et al., 2010). Problematisch ist bei Vignettenstudien, dass die Situation künstlich ist und die Teilnehmenden nur die Informationen aus den Vignetten und sonst keinerlei situationale, reale Informationen oder Bedingungen haben. Das schränkt die Übertragbarkeit der Ergebnisse auf echtes Verhalten im Gelände ein (s. a. Johnson et al., 2020). Die DAV-Sicherheitsforschung konnte in einer Feldstudie mit echten Skitourengruppen weder einen Einfluss der FACETS noch der Geschlechterverteilung in den Gruppen auf das Risikopotenzial der gewählten Touren finden (Brugger et al., 2022). Systematische Entscheidungsverzerrungen mögen bei einzelnen Unfällen eine Rolle spielen, aber sie sind in Skitourengruppen nicht allgegenwärtig.

Die weit verbreitete Behauptung, McCammon hätte nachgewiesen, dass die FACETS zu Unfällen führen, ist falsch. Vielmehr hatten alle seine untersuchten Gruppen einen Unfall und nur für einen Teil der Unfallberichte waren jeweils einzelne FACETS bekannt. Richtig ist, dass Gruppen eher risikoreichere Touren wählten, wenn FACETS vorlagen (s. a. Streicher & Schwiersch, 2024b). Dieses Missverständnis, an dem McCammon keinen Anteil hat, trug unseres Erachtens dazu bei, dem Thema „Gruppenfaktoren“ einen bedrohlichen Unterton zu geben und die Diskussion auf ungünstige Einflussfaktoren und Unfälle einzuengen. Gleichzeitig blieb das Konzept der FACETS unklar, und wie diese konkret auf Entscheidungsprozesse einwirken. Da Lawinenunfälle insgesamt seltene Ereignisse sind und Skitourengruppen sehr unterschiedlich sind, aber in ihren Entscheidungsprozessen ähnlich vorgehen (Forschungsgruppe Winter, 2023), wäre es hilfreicher, auf die bestehenden positiven Aspekte der Entscheidungsprozesse und ihre Verbesserung zu fokussieren (s. a. Johnson et al., 2020).

Gruppenzusammensetzung & lehrmeinungsorientierte Entscheidungen

In einer Online-Studie waren Personen, denen soziale Vergleiche wichtig sind (z. B. die sich besser fühlen, wenn sie anspruchsvollere oder gefährlichere Abfahrten als andere gemacht haben), eher bereit, risikoreichere Abfahrtsentscheidungen in der Gruppe mitzutragen (Mannberg et al., 2018a, 2021). Eine Interviewstudie mit Skitouren- bzw. Free-ridegruppen nach ihrer Tour ergab, dass Gruppen mit klarer Struktur oder Kenntnis der Personen (z. B. geführte Gruppen, Sektionsgruppen, Familien- & Bekanntenkreis), Gruppen,

die sich keinen Stress machen (z. B. kein Erfolgsdruck), und solche, die ihre Entscheidungsregeln an Lehrmeinungen orientieren, Lawinenrisiken effektiver reduzieren. Gefährdeter sind dagegen Zufallsgruppen, Experten in Routine-situationen, Gruppen mit Stresserleben, Gruppen mit Liebesgeschichten (z. B. zwei Männer buhlen um eine Frau; s. McCammons Attraktivität) und solche Gruppen, die der Qualität lawinenbezogener Entscheidungsprozesse wenig Bedeutung beimessen oder schlechte Kommunikationsfähigkeiten haben. Insgesamt zeigten die untersuchten Gruppen günstige Verhaltensweisen und praktizierten ein gutes lawinenbezogenes Risikomanagement (Zweifel, 2014; Zweifel & Haegeli, 2014). In einer anderen retrospektiven Online-Studie waren diejenigen Personen am zufriedenen mit der Qualität ihrer Gruppenentscheidungen, in deren Gruppen formale oder informelle Gruppenleiter:innen die Entscheidungsprozesse strukturierten und alle Gruppenmitglieder unterstützten, ihre Informationen zu teilen (Bright, 2010).

Zu ähnlichen Ergebnissen kommt auch die Feldstudie der Forschungsgruppe Winter der DAV-Sicherheitsforschung (2023): Gruppen sind sich des Lawinenrisikos sehr wohl bewusst und versuchen, entsprechend gute Entscheidungen zu treffen. Gruppenzusammensetzungen, die mit risikoreicheren Skitouren assoziiert gewesen wären, konnten aber nicht gefunden werden. Allerdings wurden in der Feldstudie der DAV-Sicherheitsforschung keine Persönlichkeitseigenschaften wie die Neigung zu sozialen Vergleichen (engl. positioning) erhoben.

Vorstellungen über Gruppenmitglieder. Die bereits erwähnte Online-Studie zeigte auch, dass die Bereitschaft zu einer risikoreichen Abfahrt steigt, wenn man denkt, dass ein anderes Gruppenmitglied diese Abfahrt fahren will (Mannberg et al., 2018a, 2021). In die gleiche Richtung wirkte sich die Vorstellung aus, ein anderes Gruppenmitglied sei erfahrener als man selbst. Diese Ergebnisse illustrieren die Bedeutung der Vorstellungen über die anderen Gruppenmitglieder und die dabei angestellten sozialen Vergleiche: Je nachdem, welche Eigenschaften und Verhaltensintentionen wir den anderen Gruppenmitgliedern zuschreiben und wie wir selbst dabei im Vergleich abschneiden, können wir zu riskanterem oder vorsichtigerem Verhalten tendieren und unsere Einschätzungen eher offensiver vertreten oder schweigen (s. a. Effekt der Gruppenpolarisation unten).

Gruppengröße. Mehr Personen in einer Gruppe sollten Informationsvorteile für die Gruppe bedeuten, da mehr Personen auch mehr wahrnehmen und wissen können. Dafür gibt es Befunde: Mit der Gruppengröße steigt die Wahrscheinlichkeit, die Lawinenwarnstufe und angemessene Verhaltensmaßnahmen zu kennen (Brugger et al., 2010; Procter et al., 2014). Andererseits haben laut Unfalldaten Gruppen über drei Personen auch ein größeres Risiko für einen Lawinenunfall als 2er-Gruppen oder Einzelgeher:innen (Zweifel et al., 2016). Auch wenn aufgrund des erhöhten Risikos im Ernstfall

davon abgeraten wird, ist einzeln unterwegs zu sein durchaus verbreitet. So lag der Alleingehrer:innenanteil in der DAV-Skitourenstudie bei 8 % (Brugger et al., 2024), bei einer Studie in einem Freeridegebiet in Montana trotz Lawinengefahrenstufe 3 sogar bei 33 % (Saly et al., 2020).

Anwesende andere Gruppen

In seinen Unfallanalysen untersuchte McCammon (2004a) auch, ob die verunfallten Gruppen vorab andere Gruppen im Gelände getroffen oder gesehen hatten. Anwesende andere Gruppen wirkten sich auf das Risikopotenzial (McCammons exposure score; für eine Erklärung siehe b&s #129, S. 27) der gewählten Tour differenziert aus: Erstens waren Gruppen ohne formales Lawinentraining angesichts anderer Gruppen vorsichtiger, während Gruppen mit fortgeschrittenem Lawinentraining sich riskanter verhielten. Wodurch der Effekt entstand, ist spekulativ. Vielleicht wollten sich die Untrainierten nicht bei einem Fehlverhalten erwischen lassen und die anderen wollten vielleicht ihre Kompetenz durch beeindruckende, aber eben auch riskantere Tourenwahl demonstrieren. Zweitens zeigte sich ein ähnlicher Effekt bei unverspurten Hängen: Die Möglichkeit, angesichts anderer anwesender Gruppen einen unverspurten Hang zu befahren, führte zu Touren mit höherem Risikopotenzial.

Wieder darf nicht vergessen werden, dass alle von McCammon untersuchten Gruppen einen Lawinenunfall hatten – unabhängig vom Risikopotenzial der gewählten Tour. In der Feldstudie der DAV-Sicherheitsforschung (Brugger et al., 2022), in der nicht verunfallte Skitourengruppen erhoben wurden, konnten diese Effekte nicht gefunden werden. Vielmehr trafen die untersuchten Skitourengruppen ihre Wahl grundsätzlich defensiv und blieben meist auch bei ihren Entscheidungen. Den vermutlich größten Einfluss üben andere Gruppen durch ihre sichtbaren Aufstiegs- und

Abfahrtsspuren aus, die für viele Gruppen eine zentrale Orientierungshilfe sind (Forschungsgruppe Winter, 2023; Marengo et al., 2017). Gruppenpsychologisch können vorhandene Spuren als Ausdruck sozialer Bewährtheit verstanden werden und als Effekt zu einer sogenannten sozialen Erleichterung führen: Dieser Hang hat sich für andere bewährt, sie konnten ihn betreten, also ist es für uns auch ein Leichtes, ihn zu betreten (s. a. McCammon, 2002; Zweifel, 2014; Zweifel & Haegeli, 2014). Vorhandene Spuren können auf drei Wegen zu riskanteren Entscheidungen führen:

- Wenn eine Gruppe ihre Entscheidung grundsätzlich von Spuren abhängig macht, ist sie abhängig von den Risikoentscheidungen der vorangegangenen Gruppen.
- Spuren können eine Gruppe zu einer riskanteren Entscheidung verleiten, wenn sie von einer ursprünglich geplanten, vorsichtigeren Tour abweicht oder sich an einem Checkpunkt aufgrund einer Spur fürs Weitergehen entscheidet.
- Bei der Tourenplanung nicht erkannte Gefahrenstellen werden seltener auf Tour als solche erkannt, wenn der betreffende Bereich Spuren aufweist. Sind die Gefahrenstellen hingegen unverspurt, werden sie eher als solche erkannt (Forschungsgruppe Winter, 2024).

Nicht anwesende andere

Persönlichkeitseigenschaften

Wenn für eine Person aufgrund ihrer Persönlichkeitseigenschaften soziale Aufwärts- (andere machen noch Bedeutsameres und befahren z. B. spannenderes Gelände) oder Abwärtsvergleiche (andere machen weniger Bedeutsames und befahren z. B. nur flacheres Gelände) wichtig sind, dann steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sie das angenommene Verhalten oder die Reaktionen bedeutsamer anderer in ihren Entscheidungen berücksichtigt, zum Beispiel in der



Auch nicht anwesende Personen beeinflussen uns. Zum Beispiel die eigenen Kinder bei der Überlegung, ob man jetzt einen kritischen Hang betreten soll oder nicht. Oder ob die Bilder der Abfahrt viele Likes auf Social Media bekommen würden.

Form: „Das ist eine wilde Abfahrt, die nur wenige machen, da bekomme ich Anerkennung“, oder: „Andere haben die Tour bei den Bedingungen auch schon gemacht, also sollte ich da mithalten“. Diese persönlichkeitsbedingten Unterschiede im Risikoverhalten konnten in einer Online-Studie gezeigt werden (Mannberg et al., 2018a, Mannberg et al., 2021).

Risikokultur

Wenn in meiner Vorstellung die geteilte Risikokultur der Gruppe, zu der ich mich zugehörig fühle, beinhaltet, dass riskantes Verhalten mehr Anerkennung erhält als defensives Verhalten, und mir diese Anerkennung wichtig ist, wird die Wahrscheinlichkeit steigen, dass ich mich davon beeinflussen lasse und mich entsprechend riskanter verhalte. Dieser Effekt konnte in einer Online-Studie mit Freeridern gezeigt werden. Deren risikoreiches Verhalten nahm zu, wenn ihre wahrgenommene Risikokultur beinhaltete, dass dadurch ihr sozialer Status in der Community stieg. Die Grenze war erreicht, wenn risikoreiches Verhalten den moralischen Vorstellungen der geteilten Risikokultur widersprach (Tøstesen & Langseth 2021).

Social Media

Soziale Medien ermöglichen soziale Vergleiche mit nicht anwesenden anderen in Echtzeit und bereiten eine Bühne für die eigene Performanz. Dass soziale Medien das Verhalten in Risikosituationen wie dem Skitourengehen ungünstig beeinflussen, kann vermutet und auch aus anderen, gut untersuchten Bereichen wie dem Konsum- oder Reiseverhalten geschlossen werden (u. a. Daurer, 2017; Daurer & Profanter, 2020; Schöpf, 2022). Ein ungünstiger Einfluss sozialer Medien in Richtung erhöhtes Risikoverhalten sollte dann entstehen, wenn Inhalte mit riskantem Verhalten zahlreicher sind und mehr Aufmerksamkeit und Anerkennung generieren als Posts mit angemessenem oder defensivem Risikoverhalten. Dies ist üblicherweise der Fall, wie auch die Auswertung von über 6.000 auf einem Tourenportal eingestellten Touren

zeigte: Ca. 1/3 aller Touren waren für die Tagesverhältnisse zu gefährlich, und je größer die Lawinengefahr war, desto unpassender waren die eingestellten Touren (ca. 60 % zu riskante Touren bei Lawinengefahrenstufe 3; Plank, 2016).

Weitere bekannte Gruppeneffekte aus der Psychologie

Insbesondere aus der sozialpsychologischen Forschung sind zahlreiche Effekte bekannt, die die Wahrnehmungen, Einschätzungen und Entscheidungen von Gruppen beeinflussen. Es ist naheliegend, diese Forschungsergebnisse, die vielfach in unterschiedlichen Kontexten gezeigt wurden, aufzugreifen und auf die Risikosituation „Lawinengefahr“ zu übertragen. Dies wurde in der Vergangenheit auch in zahlreichen Beiträgen – auch von uns selbst – in bergundsteigen gemacht (z. B. Hartl, 2023; Hartmann, 2002, 2006; Lercher, 2001; Meister et al., 2022; Schwiersch, 2002; Streicher, 2004). Aber nur weil eine Vielzahl von Effekten möglich ist und diese vielleicht auch in seltenen Ausnahmefällen vorkommen, bedeutet dies nicht, dass sie allgemeine Relevanz fürs Skibergsteigen haben.

Wenn sich beispielsweise Gruppenmitglieder angehalten sehen, wahrgenommene Gruppennormen zu erfüllen (bekannt als Gruppendruck), dann bedeutet dies nicht automatisch, dass die Gruppe risikoreicher unterwegs ist. Außerdem wurden gruppenspezifische Effekte häufig mit einer negativen Konnotation beschrieben und als etwas, was es zu vermeiden gilt (s. a. Zweifel, 2014). Gruppendynamik ist aber ebenso wie unsere Wahrnehmung oder die sozialen Einflüsse immer vorhanden, wenn Menschen in einer Gruppe agieren. Und sie hat deutlich mehr positive Auswirkungen für uns, sonst wären wir nicht gerne in Gruppen. Gerade der sogenannte Gruppendruck bringt uns dazu, Ziele zu erreichen, die wir allein nicht angehen würden. Welche Effekte sind nun aber im Hinblick auf die Beurteilung der Lawinengefahr relevant? Wie oben ausgeführt gibt es hierzu leider nur sehr wenig fundierte Forschung. Unsere beste Schätzung aus psychologischem Fachwissen und bergsteigerischer Erfahrung wäre, dass insbesondere solche Effekte bedeutsam sind, die die Wahrnehmung und Mitteilung von bedeutsamen Informationen und einen transparenten, strukturierten und planvollen Entscheidungsprozess erschweren. Dazu gehören folgende:

Gruppenpolarisation

Gruppen neigen dazu, in der Gruppe vorhandene Einstellungen- und Handlungstendenzen zu verstärken und in der Folge zu extremeren und weniger differenzierten Einschätzungen zu kommen. In Risikosituationen kann die Gruppenpolarisation (Moscovici & Zavalloni, 1969) sowohl zu defensivem als auch riskanterem Verhalten führen, bekannt auch

Zum guten Umgang mit Lawinenrisiken in Gruppen müssen vor allem solche gruppenspezifischen Effekte bekannt sein, die einen guten Entscheidungsprozess erschweren.



Martin Schwiersch, Mitglied der Kommission Sicherheitsforschung des DAV, Psychologe, niedergelassener Psychotherapeut, staatl. gepr. Berg- und Skiführer.

als Cautious-Shift und Risky-Shift. Begünstigt wird dieser Effekt durch unser Zugehörigkeitsbedürfnis zur Gruppe. Daher neigen wir dazu, uns der von uns wahrgenommenen Gruppenmeinung anzuschließen und diese zu vertreten. Ob die Einschätzung der Risikosituation durch die Gruppe nun angemessen und differenziert oder unangemessen und pauschalierend ist, hängt auch von der Risikokultur der Gruppe ab: Welchen Wert haben Risiken? Wie wird mit ihnen umgegangen? Wie spricht die Gruppe darüber? Wie plant sie? Wie offen ist sie für neue Informationen und wie flexibel bleibt sie in ihren Einschätzungen? Gruppenpolarisation und damit problematische Einschätzungen werden erstens durch geringe Akzeptanz gegenüber widersprüchlichen Meinungen, zweitens durch ähnliche Meinungen, die sich gegenseitig verstärken und nicht kritisch hinterfragt werden, drittens durch extremere Meinungen, weil diese häufig besonders vehement vertreten werden (z. B.: „Die ganze Tour ist viel zu gefährlich – da gehe ich keinen Meter mit.“ Oder: „Da kann nie was passieren – wer da nicht reinfährt, hat keine Ahnung.“), und viertens durch eine etwaige Überschätzung der eigenen Lawinenkompetenzen begünstigt (Bonini et al., 2019).

Hidden profile

Gruppenpolarisation ist in eindeutigen Lawinensituationen (d. h. eindeutig sicher oder eindeutig gefährlich; s. Teil 1, b&s #128) vermutlich unproblematisch, weil diese auch bei einseitigem Meinungsaustausch klar vorliegt. Problematischer wird es bei Lawinensituationen, in denen die Gefährlichkeit eines Hanges nicht eindeutig als sicher oder unsicher einschätzbar ist. Hier kommt es stärker darauf an, möglichst alle relevanten Informationen für die Entscheidungsfindung zu identifizieren. Gerade in komplexen Entscheidungssituationen haben aber oft nicht alle Gruppenmitglieder die gleiche Information: Manche Informationen haben alle, manche einige oder vielleicht auch nur einzelne Gruppenmitglieder. Hidden profile meint dieses, den Gruppenmitgliedern nicht bekannte, Profil der Informationsverteilung (Stasser & Titus, 1985).

Gruppen müssen also zunächst verstehen, dass nicht alle Gruppenmitglieder dasselbe wissen, und dann identifizieren, wie das Wissen in der Gruppe verteilt ist. Wenn sie bei ihren Entscheidungen nicht strukturiert vorgehen, haben sie aber große Schwierigkeiten, alle Informationen, die in der Gruppe vorhanden sind, zu nutzen. Besonders anfällig sind Gruppen, die zur Gruppenpolarisation neigen, weil sie bevorzugt nur die Informationen untereinander austauschen, die schon die meisten kennen und die damit mehrheitsfähig sind (Schulz-Hardt et al., 2006). Dies ist dann besonders problematisch, wenn eine Person eine hochrelevante Information hat, diese aber nicht mit den anderen teilt. Hierzu folgende Anekdote: Ein Autor dieses Beitrags erzählte vor vielen Jahren dem anderen von diesem Effekt. Der meinte wieder Jahre später, dass er eigentlich nie genau verstanden habe, was dieser

Effekt meint, bis ihm Folgendes passierte: Er ist mit zwei Bekannten auf Tour und folgt einer frischen Aufstiegsspur. Auf halber Strecke kommen ihnen die vorangegangenen Skitourengeher entgegen und berichten von einem Gleitschneeabgang in einem neben dem sehr steilen Gipfelhang liegenden Parallelhang. Sie seien sauber eingestaubt worden, passiert sei nichts. Aber sie seien lieber umgedreht. Dies tut auch die eigene Gruppe und geht früh ins Café. Dort bemerkt einer: „Vor ein paar Tagen war ich hier in der Gegend und habe dort in dem Parallelhang ein Gleitschneemaul gesehen.“ Dies war die relevante Information, mit deren Kenntnis eine andere Tour gewählt worden wäre, die jedoch nicht geteilt wurde.

Verantwortungsdiffusion

Ein ungeklärtes Prozedere, wie Entscheidungen getroffen werden, kann zu Ergebnissen führen, denen eigentlich niemand in der Gruppe zustimmen würde. Wenn in einer Gruppe ungeklärt ist, wie bzw. durch wen Entscheidungen getroffen werden, kann es zu einer sogenannten Verantwortungsdiffusion kommen. Aus Studien zum Hilfeverhalten ist bekannt, dass das individuelle Bewusstsein, für Entscheidungen verantwortlich zu sein, umso stärker abnimmt, je mehr andere Personen auch die Verantwortung übernehmen könnten. Einzelgeher:innen ist klar, dass sie für ihre lawinenbezogenen Entscheidungen selbst verantwortlich sind. Je größer aber die Gruppe und je ungeklärter das Entscheidungsprozedere, desto wahrscheinlicher, dass sich niemand wirklich für die Entscheidungen verantwortlich fühlt. Die klassische Verantwortungsfalle besteht darin, dass die vorausgehende Person trotz ihrer Bedenken weitergeht, weil die restlichen Gruppenmitglieder ohne Einwände hinter ihr hergehen. Die anderen wiederum folgen der vorausgehenden Person trotz vorhandener Bedenken, weil diese immer noch vorausgeht und dadurch ebenfalls der Eindruck entsteht, es sei alles in Ordnung (vgl. Streicher, 2004).

Anwendung in der Ausbildung

Die Bedeutsamkeit der bekannten Gruppeneffekte schlägt sich auch in der Ausbildung nieder. Unter anderem wurden folgende Ausbildungskonzepte und Entscheidungshilfen in bergundsteigen beschrieben:

- Ausbildungsprogramm „risk 'n' fun“ zum reflektierten Risikoumgang jugendlicher Freerider:innen (Tollinger & Einwanger, 2006)
- einwöchiges Kurskonzept „Entscheidungstraining Lawinen“ der Jugend des Deutschen Alpenvereins (JDAV) (Streicher & Huber, 2009a, 2009b)
- Trainingskonzept „+eins“ zum Bereich Faktor Mensch, entwickelt vom Kern-Ausbildungsteam Lawinen und dem SAC (Müller & Theurillat, 2012)

- Tool „SOCIAL“ zur Abklärung gruppenspezifischer Fragen auf Tour (Zweifel, 2016)
- Anwendungshilfe für Leitungspersonen im Alpinbereich aus der niederländischen Bergwanderführer Ausbildung (v. Galen & v. Giels, 2019)
- 4x3-Matrix „Zu-TATEN“ für eine gute Lernkultur in Sektions- oder Clubunternehmungen (Müller & Gantner, 2019)
- praktisches Stufenmodell für Gruppenentscheidungen (Ebert & Zweifel, 2022)

Diese und weitere Impulse haben dazu geführt, dass die Einbeziehung von Gruppenprozessen ein Kernelement schneesportlicher Ausbildungen der alpinen Verbände ist. Allen Herangehensweisen gemeinsam ist, dass es eine Unterbrechung der Ballistik, des nicht hinterfragten Weitergehens, durch eine strukturierte sequenzielle Entscheidungsfindung gibt, eine Gesprächskultur, in der Selbstöffnung mit Zweifeln kein Tabu ist und ein konkretes, genaues und vollständiges Gespräch über Sachgegebenheiten stattfindet.

Was tun?

Wir beschränken uns auf den Regelfall, die ungeführte Gruppe, die sich frei zum Zweck des Schneesports zusammenschließt, eine sogenannte „thematische Gruppe“. Unsere Vorschläge richten sich an den einzelnen Menschen in einer solchen Gruppe. Unsere Perspektive ist, eine Gruppenkultur

zu entwickeln, die einen guten Umgang mit Risiko erleichtert. Wir geben nicht der Versuchung nach, Gruppen zu kategorisieren und dafür jeweils Vorschläge anzubieten; zu heterogen sind Gruppen und die Menschen in ihnen. Wir gehen davon aus, dass etablierte Verfahren (z. B. 3x3, Konsultation des LLB, Tourenplanung und Festlegung von Checkpunkten anhand QRM, Skitourenguru o. Ä., Betrachten von Routenalternativen, GKMR) bekannt sind und angewendet werden.

Suche Wohlgefühl und Sorge dafür

Wie auch immer ein Mensch zur Einschätzung gelangt, dass eine Situation in Ordnung ist, „Wohlgefühl“ wird es ihm anzeigen – und „Unwohlsein“, dass etwas nicht passt. Wir wollen nicht missverstanden werden: Skitourengehen kann widerwärtig sein – man steht zu Unzeiten auf, friert am Parkplatz, verausgabt sich beim Spuren. Gleichzeitig kann man aber auch spüren: „Lawinenbezogen ist's okay.“ Emotionen sind unser Seismograph, den wir immer mit uns führen. Wir stellen an den Anfang: Erlaube dir das, was du ohnehin immer tust: fühlen. Natürlich kann Wohlgefühl trügen, wie auch Unwohlsein (s. Teil 2; Streicher & Schwiersch, 2024b). Gefühle gehören also untersucht, sortiert, eingeordnet – nicht unmittelbar ausgelebt. Das geht nur über Reflektion, Nachdenken. Und dies wiederum setzt – wir beschäftigen uns hier ja mit dem Thema Lawine – Ahnung voraus. Ohne einen gewissen lawinenbezogenen Sachverstand kann ein Mitglied einer Skitourengruppe sein Sicherheits- oder



Mit unserer Gruppe tragen wir eine zweite innere Welt ins Gebirge hinaus. All die Gruppenbindungen, die wir haben, bilden einen zweiten nicht offensichtlichen Raum, in dem wir uns gleichzeitig bewegen, wenn wir im Gebirge sind.

Bedrohungsgefühl weder eigenständig einordnen noch hilfreich in den Gruppenprozess einbringen. Thematische Gruppen leben dafür und davon, dass die Mitglieder sich dem Thema verpflichtet fühlen. In Abwandlung eines Bonmots von Reinhard Karl („Die Expedition war erfolgreich, wenn ich oben war“) kann man sagen: Der Gruppe geht es gut, wenn ich Ahnung habe. Damit ist die Entwicklungsaufgabe für eine:n Skitourengänger:in klar.

Wähle, mit wem du unterwegs bist

Das mag wie eine Warnung klingen, als ob man leicht Gefahr läuft, an die falschen Leute zu geraten. Tatsächlich kann man vom Gegenteil ausgehen: Menschen im Gebirge wollen ihr Tun überleben und ihre Sache gut machen. Auch ist die Wahl in der Regel nicht so frei: Ehepaare, (Teil-)Familien, Freunde, Bekannte sind ja nicht nur Skitourenpartner:innen. Wieder ist Wohlgefühl der Leitstern. In der Regel ist es einfach anzugeben, weswegen ich mich mit einem anderen alpin wohlfühle: das angenehme Tempo beim Aufstieg, die sorgsame Spurlösung ... eine Summe von „Kleinigkeiten“.

Skitourengehen als eine Abfolge von Mikrostressoren (die eisige Spur, das Fell, das nicht mehr klebt) bringt über die Zeit ans Licht, wie andere mit ihnen umgehen; Täuschungen haben hier kurze Beine. Über vieles wird man hinwegsehen dürfen: ihre Ungeduld beim Start oder seine geringe Toleranz von Widrigkeiten im verschneiten Latschengelände. Über eine Sache aber nicht: die Art, wie der/die andere sich über Lawinengefahr sorgt. Hierin verbergen sich zwei mögliche Ähnlichkeiten: Wohlfühlen kann ich mich mit jemandem, der sich ähnlich „früh“ oder „schnell“ sorgt wie ich selbst und der mit Besorgtheit ähnlich umgeht wie ich. Ähnlichkeit in diesen beiden Punkten macht die Entwicklung einer gemeinsamen Risikokultur überhaupt erst möglich. Eigene Ahnung und die richtigen Leute sind die Voraussetzung für alles Weitere:

Teile Wahrnehmungen und Einschätzungen. Halte Bedürfnisse und Emotionen nicht zurück

Menschen in „thematischen“ Gruppen haben ein endloses Feld möglichen Austausches: von den Details der Kickkehre über die Frage, wie man die Stöcke beim Aufstieg am besten nimmt oder wo es eine Sonnenkruste geben könnte bis zur Übersetzung des Lawinenlageberichts ins Gelände. Und in Gruppen ist jede Handlung Kommunikation: die Gehgeschwindigkeit, die Steilheit der Spuranlage, das Treten einer Basis für die Spitzkehre. Zügiges Gehen könnte „Mir ist kalt“ bedeuten, „Ah, heute läuft es sich leicht“, „Ich will diese Passage schnell hinter mir haben“ oder „Ich ertrage die Trüdeleien nicht“. Ähnlichkeit und gemeinsame Vorerfahrungen helfen, Signale richtig zu deuten. Im Zweifelsfall braucht es aber doch das Gespräch. Denn es gilt auch: Gruppen können nur teilen, was mitgeteilt wurde. Die „GIHRE“-Studie (Group

Interactions in High Risk Environments; Hartmann 2006), die Interaktionen in Cockpits und Operationsräumen untersuchte, liefert klare Hinweise, die wir beschreiben wollen:

▮ Arbeitsgruppen machen weniger Fehler, wenn sie sich beizeiten ohne Zeitdruck über mögliche Probleme unterhalten. Dann können sich die Gruppenmitglieder an der Lösungssuche beteiligen und es entsteht ein gemeinsames mentales Modell. Die Bezüge zu Skitourengruppen liegen auf der Hand: „Beizeiten“ meint das Telefonat oder den Gruppenchat am Vorabend und die Diskussion der Tour bei der Anfahrt. Spätestens am Parkplatz, wenn alle da sind, ist ein kurzes Briefing sinnvoll – es braucht nur jemanden, der es macht. Damit bekommen alle in der Gruppe eine ähnliche Vorstellung von der Tour und sind auf mögliche Vorkommnisse vorbereitet; ein Effekt wie „hidden profile“ wird eingeholt.

▮ Bei unklaren Verhältnissen geht es darum, den schlimmstmöglichen Ausgang zu benennen: „Ob wir uns in den Gipfelhang hineintrauen, müssen wir an der X-Scharte sehen.“ Das festigt das gemeinsame Risikomodell und lockert Festlegungen.

▮ Es gilt, sich konkret und spezifisch auszudrücken. Angeblich werde im Operationssaal „das Ding“ am meisten verlangt (Hartmann, 2006). Aussagen wie „Das entscheiden wir oben“ oder „Die Verhältnisse sind okay“ setzen voraus, dass alle wissen, was „oben“ ist und welche Verhältnisse gemeint sind. Nur konkrete Sprache führt zu einem gemeinsamen Modell und nur sie ist überprüfbar; im schlimmsten Fall lebt jede:r in der Gruppe in ihrem/seinem eigenen „Oben“ und den eigenen „Verhältnissen“. Glücklicherweise stellt das Skitourengehen eine Fachsprache zur Verfügung (Mulde, Kamnähe, Kernzone, Altschnee, sehr steiler Hang etc.), die man lernen kann. Und es wird deutlich: Ohne gemeinsame (Fach-)Sprache kein gemeinsames Modell und keine geteilte Risikokultur.

▮ Wahrnehmungen und Gedankenprozesse gehören mitgeteilt. Andere können sie nicht erraten. Das darf anlasslos geschehen, denn auch wenn immer kommuniziert wird, bleibt vieles unklar: Warum macht X hier schon die Spitzkehre? Ein kurzer Satz kann genügen: „Ich denke mir hier nichts, will nur den schönen Hang nicht zerschneiden.“ Er erneuert das gemeinsame Modell und festigt die Risikokultur der Gruppe.

▮ Wahrnehmungen gehören jedenfalls mitgeteilt, wenn lawinenbezogenes Unwohlsein entsteht. Wieder geht es darum, konkret und spezifisch zu sein. Ein „Mir gefällt das nicht, was meint ihr?“ ist als Gesprächseinstieg in Ordnung, wenn die anderen verstehen, dass nicht der Bruchharsch oder das diffuse Licht gemeint sind. Doch auch dann liegt es beim „Sender“, seine Wahrnehmung zu spezifizieren: „Hier hat es mehr und stärkeren Triebsschnee als noch unten bei den Latschen.“ Je besser Sicherheitsaspekte von Anfang an ausgetauscht werden, desto knapper kann man an einer konkreten Stelle bleiben, ohne unvollständig zu werden. Wenn hingegen am Checkpoint erst mal Missverständnisse geklärt werden müssen, geht die dabei verbrauchte Energie von der Hangeinschätzung ab.

■ Fragen gehören gestellt, Einwürfe müssen „geworfen“ werden. Nie werde ich (M. Schwiersch) den süffisanten Unterton in der Stimme eines Friends und Kollegen vergessen, als er aus dritter Position zu mir nach vorne fragte: „Und, wie findest du’s hier lawinentechnisch?“ Ich war, ohne ein Wort zu verlieren, der vorhandenen Spur in den sehr steilen Hang gefolgt. Er tappt. Ich hätte zumindest meine Einschätzung sagen sollen.

■ Fragen und Einwürfe gehören vollständig beantwortet. „Vollständig“ ist ebenfalls abhängig vom geteilten Vorverständnis der Gruppe und dem vorangegangenen Sicherheitsgespräch. Antworten knapp, klar, konkret und vollständig zu geben, will wie eine gute Spuranlage gekonnt sein!

Damit werden viele Forderungen an die Mitglieder von Skitourengruppen erhoben. Doch wer ist nun für was in der Gruppe zuständig?

An die informelle Führungsperson: Nimm deine Rolle an!

Informelle Gruppen gelten als ungeführt, sind es jedoch nicht. Auch formal ungeführte Gruppen haben praktisch immer eine informelle Führungsperson, die in der Regel von den Gruppenmitgliedern klar identifiziert wird (Mersch & Trenkwalder, 2007). Je nach Kompetenz, Gruppenstatus etc. wird einem Gruppenmitglied Führung zugesprochen, zumindest in Teilbereichen: Sie war schon mal in Namlos im Lechtal, also weiß sie auch, von welchem Parkplatz aus man auf die Engelspitze geht. Daher lautet die Botschaft an diejenigen mit der relativ meisten Erfahrung, dem besten Geländewissen, dem besten Können oder diejenigen, die das Auto an den Parkplatz gebracht haben: Ihr seid zuständig!

Zu einer guten Risikokultur in der Gruppe trägt diejenige Person, die gerade das Heft in der Hand hält, bei, wenn sie – wiederum durchaus auch anlasslos – sicherheitsrelevante Überlegungen, die ihr durch den Kopf gehen, mitteilt. An Checkpunkten ist sie dafür zuständig, ein Sicherheitsgespräch zu beginnen, und auch dafür, dass dieses von allen gehört werden kann. Zu einer guten Risikokultur gehört weiter, dass Zustimmung von allen eingeholt wird, auch von denjenigen, die eine Entscheidung über ihren Kopf hinweg akzeptieren würden. Dazu kann Augenkontakt genügen oder die Person kann auch direkt angesprochen werden: „Wie siehst du das?“ Damit entwickelt eine Gruppe eine Kultur von gemeinsamen Entscheidungen, die im Gespräch herbeigeführt werden können. Wie kann man nun aber verhindern, dass es ein Verantwortungsvakuum gibt, wo der eine sich auf die andere verlässt?

Sich vorzustellen, man wäre alleine in der Situation, hilft die Wahrnehmung zu schärfen und sich vom Gruppengeschehen zu distanzieren.

Wer vorne ist, führt

Wird dieses Prinzip abgesprochen und praktiziert, gibt es kein Vakuum. Auch unabgesprochen gibt es kein Vakuum, wenn die Person, die vorne ist, für sich akzeptiert, dass sie führt. Deswegen hatte im obigen Beispiel der Kollege auch recht mit seiner Kritik: Der Vorangehende führte nicht! Dies ist der einfachste Fall: Die Führungsverantwortung liegt bei einer Person und dies ist allen in der Gruppe bekannt.

Führungsverantwortung zu teilen, kann sinnvoll sein, wenn Kompetenzen unterschiedlich verteilt sind oder sonst das soziale Gefüge leiden würde. Die Teilung von Verantwortung ist aber eine Herausforderung, weil dann auch klar sein muss, wer für was wann zuständig ist. Ansonsten entsteht schnell wieder eine Verantwortungsdiffusion. Über geteiltes Führen muss es also wieder ein geteiltes Verständnis der Gruppe geben. Was passiert aber, wenn Gruppenmitglieder ohne aktuelle Führungsverantwortung ein Unwohlsein verspüren?

Einbringen

Es ist nichts dagegen zu sagen, wenn sich alpin weniger kompetente Gruppenmitglieder auf die Mitteilung der eigenen Bedürfnisse wie z. B. nach Pausen beschränken und sich



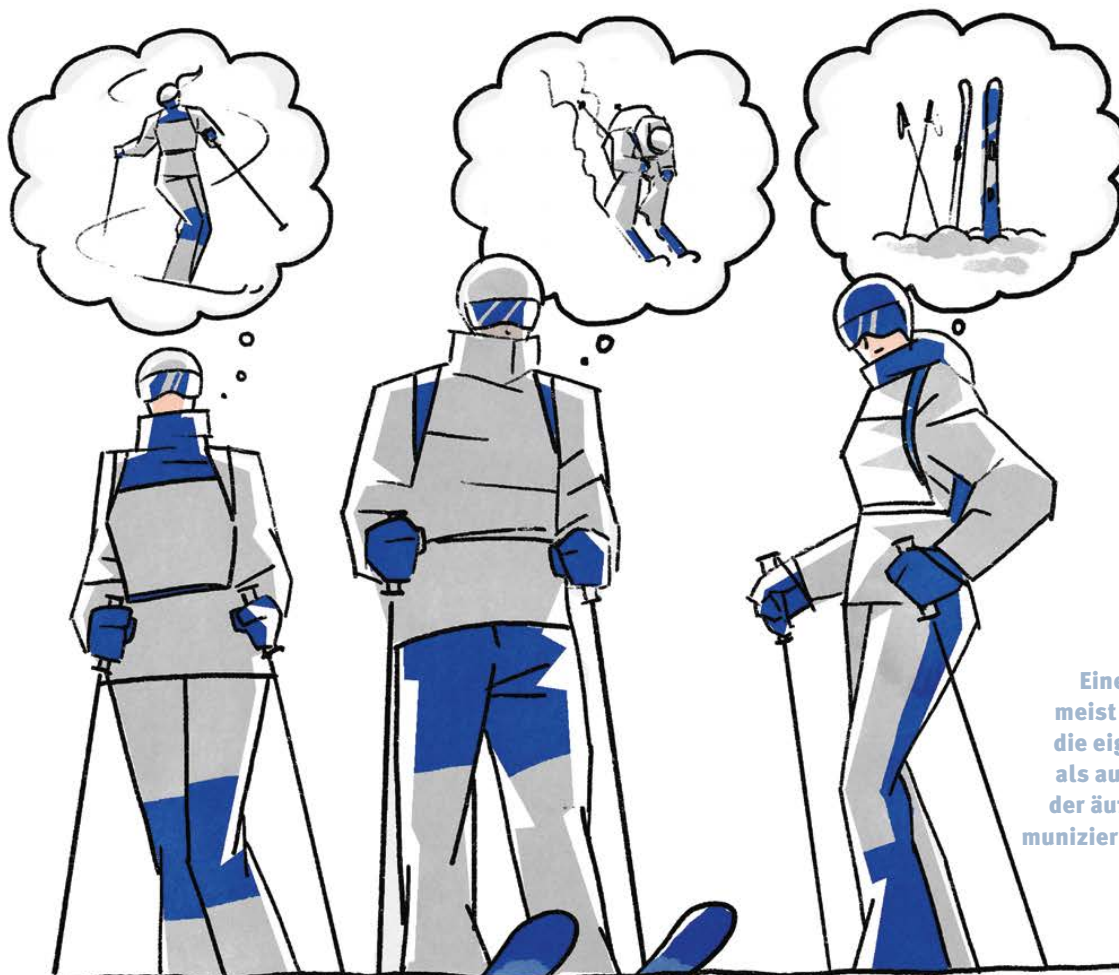
ansonsten nicht weiter an den Entscheidungsprozessen beteiligen. Damit geht auch einher, dass sie selbst verantworten, die Verantwortung abgegeben zu haben. Auch dagegen ist nichts zu sagen. Allerdings sollten solche Gruppenmitglieder unbedingt auch eigenes Unwohlsein mitteilen. Denn Unwohlsein, das nicht geäußert wird, führt zu Kopfkino oder Selbstablenkung. In beiden Fällen fällt die Person aus der Situation heraus. Im ersten Fall kommen zu möglicherweise lawinenbezogenen Befürchtungen Ärger und Hilflosigkeit hinzu und schaukeln sich auf bis hin zu negativen Globalisierungen („Was soll das alles hier?“ „Wie immer macht der X Druck, auf den Gipfel zu kommen, und alle machen mit.“ „Das war meine letzte Tour mit denen!“).

Diese Gedanken haben kaum mehr mit der Situation und oft nicht mit der tatsächlichen inneren Wirklichkeit der anderen zu tun, über die man in diesen Gedankenschleifen so intensiv nachdenkt. Im zweiten Fall träumt sich die Person in andere Themen weg. Der Ausweg ist: sich einbringen. Am besten sollte man dies, noch bevor die Negativspirale es verhindert, freundlich lapidar tun. Der wahrgenommene Gruppendruck ist oft nur eine Art Popanz, der sich in nichts auflöst, wenn ein Mensch den Mund aufgemacht hat. Ruth Cohn (1975), die das Modell der „Themenzentrierten Interaktion“ formuliert hat, brachte es auf den Punkt: „Be your own chairman“ –

als „Vorsitzende:r“ meiner eigenen Bedürfnisse und Interessen nehme ich diese auch ernst und entscheide, wann ich das Wort ergreife und wann ich es bleiben lasse. Sind meine Irritationen nicht so bedeutsam, schweige ich, ansonsten äußere ich mich – dann kann die Situation geklärt werden.

Stell dir vor, du bist allein hier

Dies ist unser abschließender Vorschlag. Wahrnehmen gelingt mit einem angemessenen Abstand besser. Diesen kann ich jederzeit in meiner Vorstellung einnehmen. Angemessen ist die Vorstellung, in der aktuellen Situation allein zu sein, schon deshalb, weil dies plötzlich die Realität sein kann. Man denke nur an eine Lawinenverschüttung, von der man als Einzige:r nicht betroffen ist. Sie bringt eine potenzielle Realität in den Blick. Schlagartig ist es vorbei mit dem unhinterfragten Sicherheitsgefühl der Gruppe. Sich in der Situation allein vorzustellen, distanziert auch vom Gruppengeschehen. Das ist gut so, denn ein „Chairman“, eine mitdenkende und Verantwortung übernehmende Person, kann nicht nur mit der Gruppe mitschwingen. Drei Beine braucht ein Stuhl. Und ein Mensch, der mit anderen auf Skitour geht, braucht gleichzeitig drei Fähigkeiten: Er muss in der Situation sein können, mit den anderen sein können und bei sich sein können. Gruppen auf Skitour brauchen solche Menschen.



Eine Gruppe funktioniert meist besser, wenn sowohl die eigene innere Situation als auch die Wahrnehmung der äußeren Situation kommuniziert und mitgeteilt wird.

Literatur

- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation, *Psychological Bulletin*, 117, 487–529.
- Bonini, N., Pighin, S., Rettore, E., Savadori, L., Schena, F., Tonini, S. & Tosi, P. (2019). Overconfident people are more exposed to „black swan“ events: a case study of avalanche risk. *Empirical Economics*, 57, 1443–1467.
- Bright, L. S. (2010). Group dynamics and decision making: Backcountry recreationists in avalanche terrain. Paper presented at the International Snow Science Workshop. Squaw Valley, California, Oct. 17–Oct. 22, 2010.
- Brugger, H., Staffler, H.-P., Aberer, A., Castlunger, L. & Strappazon, G. (2010). Vollerhebung Schitourengeher in Südtirol. *bergundsteigen*, (73), 58–61.
- Brugger, M., Fritz, L., Hellberg, F., Hummel, C., Schwiersch, M. & Streicher, B. (Forschungsgruppe Winter der DAV-Sicherheitsforschung) (2022). Sind Skitourengeher:innen tatsächlich anfällig für Entscheidungsfallen? Antworten zum Einfluss von Heuristiken aus der Skitourenstudie der DAV-Sicherheitsforschung. *bergundsteigen*, (121), 48–57.
- Brugger, M., Schwiersch, M., Streicher, B., Fritz, L., Humel, C. & Hellberg, F. (2024). Forschungsbericht Skitouren und Freeride Studie 2019–2022. Ein Projekt der DAV-Sicherheitsforschung. Deutscher Alpenverein: München.
- Cohn, R. C. (1975). Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion: von der Behandlung Einzelner zu einer Pädagogik für alle (16. Auflage, 2009). Klett-Cotta: Stuttgart.
- Daurer, R. (2017). Avalanche goes social. Wie Lawinenabgänge salonreif wurden. *bergundsteigen* (98), 32–42.
- Daurer, R. & Profanter, T. (2020). Massen am Berg. *bergundsteigen*, (112), 82–96.
- Ebert, P. & Zweifel, B. (2022). Wisdom of Crowds. *bergundsteigen*, (121), 32–38.
- Forschungsgruppe Winter der DAV-Sicherheitsforschung (Brugger, M., Fritz, L., Hellberg, F., Hummel, C., Schwiersch, M. & Streicher, B.) (2023). Wie gehen Skitourengruppen bei ihren Entscheidungen vor? Weitere Ergebnisse aus der Skitourenstudie der DAV-Sicherheitsforschung. *bergundsteigen*, (122), 44–53.
- Forschungsgruppe Winter der DAV-Sicherheitsforschung (Brugger, M., Fritz, L., Hellberg, F., Hummel, C., Schwiersch, M. & Streicher, B.) (2024). Welchen Einfluss haben Lawinensituation und Geländefaktoren auf die Tourenwahl und das Erkennen von Gefahrenstellen? *bergundsteigen*, (128), 18–26.
- Furman, N., Shooter, W. & Schumann, S. (2010). The roles of heuristics, avalanche forecast, and risk propensity in the decision making of backcountry skiers. *Leisure Sciences*, 32(5), 453–469.
- Hartl, L. (2023). Lawinengefahr Mensch. *bergundsteigen*, (122), 34–43.
- Hartmann, H. (2002). schau trau wem. Vertrauen und Verantwortung im Team. *bergundsteigen* (40), 39–42.
- Hartmann, H. (2006). Mäh. Der Herdentrieb als Unfallursache. *bergundsteigen*, (56), 47–53.
- Hetland, A., Hetland R. A., Skille, T. T. & Mannberg, A. (2024). Review article: A scoping review of human factors in avalanche decision-making. *EGUsphere*. <https://doi.org/10.5194/egusphere-2024-1628>
- Johnson, J., Mannberg, A., Hendrikx, J., Hetland, A. & Stephensen, M. (2020). Rethinking the heuristic traps paradigm in avalanche education: Past, present and future. *Cogent Social Sciences*, 6(1), 1807111.
- Lercher, A. (2001). Gruppen & Dynamik: Das Spannungsfeld zwischen Individuum und Gruppe. *bergundsteigen*, (36), 29–32.
- Mannberg, A., Hendrikx, J., Landrø, M., & Stefan, M. A. (2018b). Who’s at risk in the backcountry? Effects of individual characteristics on hypothetical terrain choices. *Journal of Environmental Psychology*, 59, 46–53.
- Mannberg A., Hendrikx J. & Johnson J. (2018a). Are you keeping up with Jeremy Jones? *bergundsteigen*, (105), 32–38.
- Mannberg, A., Hendrikx, J. & Johnson, J. (2021). Risky positioning – social aspirations and risk-taking behaviour in avalanche terrain. *Leisure Studies*, 40(4), 495–512.
- Marengo, D., Monaci, M. G. & Miceli, R. (2017). Winter recreationists’ self-reported likelihood of skiing backcountry slopes: Investigating the role of situational factors, personal experiences with avalanches and sensation-seeking. *Journal of Environmental Psychology*, 49, 78–85.
- McCammon, I. (2002). Evidence of heuristic traps in recreational avalanche accidents. Paper presented at the International Snow Science Workshop. Penticton, British Columbia, Sept. 30–Oct. 4, 2002.
- McCammon, I. (2003). Heuristic traps in recreational avalanche accidents: Evidence and implications, Part 1. *The Avalanche Review*, 22(2), 16–19.
- McCammon, I. (2004a). Heuristic traps in recreational avalanche accidents: Evidence and implications, Part 2. *The Avalanche Review*, 22(3), 11–13.
- McCammon, I. (2004b). Heuristic traps in recreational avalanche accidents: Evidence and implications. *Avalanche News* (68), 1–10.
- Mersch, J. & Trenkwalder, P. (2007). Intuition oder Risikomanagement. *bergundsteigen*, (58), 48–55.
- Meister, N., Hochgatterer, V. & Rappich, J. (2022). Angewandte Rangdynamik. *bergundsteigen*, (118), 34–40.
- Moscovici, S. & Zavalloni, M. (1969). The group as a polarizer of attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 12(2), 125–135.
- Müller, M. & Gantner, U. (2019). Lernkultur im Alpinismus. *bergundsteigen*, (107), 61–64.
- Müller, M. & Theurillat, T. (2012). Mehr Mensch als Faktor. *bergundsteigen*, (81), 84–89.

- Plank, A. (2016). The hidden risk in user-generated content: An investigation of ski tourers' revealed risk-taking behavior on an online outdoor sports platform. *Tourism Management*, 55, 289–296.
- Procter, E., Strapazzon, G., Dal Cappello, T., Castlunger, L., Staffler, H. P. & Brugger, H. (2014). Adherence of backcountry winter recreationists to avalanche prevention and safety practices in northern Italy. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(5), 823–829.
- Saly, D., Hendrikx, J., Birkeland, K. W., Challender, S. & Johnson, J. (2020). Using time lapse photography to document terrain preferences of backcountry skiers. *Cold Regions Science and Technology*, 172, 102994.
- Schöpf, S. (2022). #powderporn. #climbporn. *bergundsteigen*, (119), 94–105.
- Schulz-Hardt, S., Brodbeck, F. C., Mojzisch, A., Kerschreiter, R. & Frey, D. (2006). Group decision making in hidden profile situations: dissent as a facilitator for decision quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(6), 1080–1093.
- Schwiersch, M. (2002). Die Kunst, wahr zu nehmen. Keine Chance für Fehlwahrnehmungen?! *bergundsteigen*, (38), 13–18.
- Stasser, G. & Titus, W. (1985). Pooling of unshared information in group decision making: Biased information sampling during discussion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1467–1478.
- Streicher, B. (2004). Entscheidungsfindung: Warum wir uns selbst zum Risiko werden. *bergundsteigen*, (48), 16–22.
- Streicher, B. & Huber, M. (2009a). Entscheidungsstraining Lawinen II. *bergundsteigen*, (69), 36–43.
- Streicher, B. & Huber, M. (2009b). Entscheidungsstraining Lawinen: Reflexive Lawinenkunde in der Ausbildung. *bergundsteigen*, (68), 68–72.
- Streicher, B. & Schwiersch, M. (2024a). Mensch und Lawine. Versuch einer Bestandsaufnahme – Teil 1 von 3: Merkmale des Risikos. *bergundsteigen*, (128), 34–43.
- Streicher, B. & Schwiersch, M. (2024b). Mensch und Lawine. Versuch einer Bestandsaufnahme - Teil 2 von 3: Merkmale der Person. *bergundsteigen*, (129), 20–33.
- Tollinger D. & Einwanger J. (2006). risk'n'fun. Programm zur Risikooptimierung für jugendliche FreeriderInnen. *bergundsteigen*, (57), 47–54.
- Tøstesen, G. & Langseth, T. (2021). Freeride Skiing – risk-taking, recognition, and moral boundaries. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 650564.
- Utzinger, C. (2004). Human factors USA (2). *bergundsteigen*, (46), 5–57.
- von Galen A. & van Giels J. (2019). Faktor Mensch und Entscheidungsprozesse. Neue Betrachtungswinkel? *bergundsteigen*, (106), 86–96.
- Williams, K. D., Forgas, J. P. & Von Hippel, W. (2013): The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying. New York, NY: Psychology Press.
- Zweifel, B. (2014). Gruppendynamik. *bergundsteigen*, (86), 46–51.
- Zweifel, B. (2016). Bist du auf deiner Tour SOCIAL? *bergundsteigen*, (97), 36–39.
- Zweifel, B. & Haegeli, P. (2014). A qualitative analysis of group formation, leadership and decision making in recreation groups traveling in avalanche terrain. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 5, 17–26.
- Zweifel, B., Procter, E., Techel, F., Strapazzon, G. & Boutellier, R. (2016). Risk of avalanche involvement in winter backcountry recreation: the advantage of small groups. *Wilderness & Environmental Medicine*, 27(2), 203–210. ■



Auf Messers Schneide

Schnittfestigkeit der neuen Bergseile

Seilrisse sind zum Glück selten (grob geschätzt drei bis vier pro Jahr). Wenn, dann sind scharfe Kanten oder Steinschlag im Spiel. Hin und wieder auch Säure. Seit 2020 sind neue, besonders schnittfeste Seile auf dem Markt. Der folgende Artikel beschäftigt sich mit den unterschiedlichen Materialien in Bergseilen, vergleicht die Schnittfestigkeit im Besonderen und möchte zudem mit einigen Gerüchten aufräumen.

Von Chris Semmel



Simulierte Seilrisse. Nach getaner Arbeit an der Seilschneide-Maschine.

Foto: Chris Semmel

Das Thema „Schnittfestigkeit von Bergseilen“ ist nicht trivial und gleichzeitig für viele spannend. Für diejenigen Leser, die keinen Bock auf Standardabweichung, Mittelwerte und Zusammenhänge haben, versuche ich einerseits etwas „gut Lesbares“ und trotzdem für die Praxis Relevantes zu formulieren. Damit auch die „Nerds“ auf ihre Kosten kommen, stelle ich parallel zum Fließtext in hellblauen Kästen Hintergrundinformationen, Zusammenhänge und Untersuchungsergebnisse dar.

Nach dem spannenden Artikel von Thomas Wanner im Blog von bergundsteigen wurden in Zusammenarbeit mit Edelrid und den Firmen Teufelberger/Mammut Vergleichsversuche zur

Schnittfestigkeit der neuen Seilkonstruktionen durchgeführt.

Am Anfang war das Seil

Wann genau der Einsatz von Seilen im Bergsport begann, lässt sich schwer feststellen. Als Edward Whymper mit seinen Bergführern Michel Croz, Peter Taugwalder senior und junior und weiteren Gefährten 1865 das Matterhorn erstbestieg, kamen dabei bereits Hanfseile zum Einsatz. Im Abstieg ereignete sich der erste dokumentierte Seilriss des Bergsports. Dieser kostete vier Personen das Leben. Whymper sowie Vater und Sohn Taugwalder überlebten. Das Seil riss zwischen ihnen und den Seilpartnern.

Bereits 1862 wurde die Firma Mammut in Dintikon/Aargau, Schweiz, gegründet. Der Gründer Kaspar Tanner begann dort mit der Herstellung von Hanfseilen aller Art für Gewerbe und Landwirtschaft. Ein Jahr darauf gründeten Julius Edelman und Carl Ridder 1863 die Firma Edelrid. Auch dieses Unternehmen aus Isny im Allgäu war auf die Herstellung von Seilen und Litzen spezialisiert. 1935 wurde durch den Chemiker Wallace H. Carothers der Firma DuPont die Kunstfaser „Nylon“ entdeckt. Zunächst wurde Nylon für Zahnbürstenborsten, dann als Garn für Damenstrumpfhosen verwendet. Im Zweiten Weltkrieg wurden vor allem Fallschirme aus Nylon hergestellt.

Das erste gedrehte, dynamische Bergsportseil aus Nylon wurde 1952 von Mammut entwickelt. 1953, ein Jahr später, stellte Edelrid das erste Kern-Mantel-Seil vor. Diese neue bahnbrechende Konstruktion aus mehreren gedrehten Nylon-Zwirnen im Kern und einem drumherum geflochtenen Nylon-Mantel wird bis heute zur Herstellung von Bergsportseilen verwendet.

In Österreich wurde im Jahr 1953 von der Firma Teufelberger der Markenname Edelweiss angemeldet (laut Firmenrecherche), seit 1973 wurden dynamische Bergseile produziert (entsprechend Internetrecherche). Anfang der 90er-Jahre beschloss die Geschäftsleitung, sich aus der dynamischen Bergseilproduktion zurückzuziehen, und verkaufte wiederum den Brandnamen „Edelweiss“ zusammen mit den dazugehörigen Flechtmaschinen an die Firma Beal in Frankreich.

2015 verkaufte wiederum Mammut seine gesamten Flechtmaschinen an die Firma Teufelberger, die ab 2016 erneut im Bereich der dynamischen Bergseilkonstruktion aktiv wurde. Seitdem sind es vor allem diese drei Firmen, Edelrid, Teufelberger/Mammut und Beal, die Maßstäbe in der modernen Bergseilproduktion setzen.

Vorweg hier der Link zum Auftaktartikel zum Thema von Thomas Wanner im Blog von bergundsteigen:



Seilrisse von dynamischen Kletterseilen:
Das letzte ungelöste Problem?
bergundsteigen Online-Artikel vom 25.08.2024

Und noch mehr an Hintergrundinfos in Form von Artikeln und Videos zum Thema gibt es unter:



¹ Untersuchung der Schnittfestigkeit von Bergseilen bei Felskontakt (Reiter, A. & Matuolis, T./Mammut, Teufelberger)
bergundsteigen #109 / Winter 19–20



² Hochfeste Faserwerkstoffe als Bergseile (Ernst, B./Teufelberger)
bergundsteigen #100 / Herbst 17



³ Seilrisse – Hintergründe und Neuigkeiten (Sammel, C., Gebel, D./Edelrid)
bergundsteigen #99 / Sommer 17



⁴ FAQs-Dyneema (Sammel, C.)
bergundsteigen #70 / Herbst 12



⁵ Seilrisse (Hummel, C., Hellberg, F.)
DAV-Online-Artikel vom 13.09.2016



⁶ The Last Unsolved Problem of Climbing Ropes (Mammut)
YouTube-Video vom 14.05.2024



⁷ How to deal with rope failures due to sharp edges – Knowledge Base (Edelrid)
YouTube-Video vom 06.02.2025



⁸ Cut Resistance of Ropes Part 2: EDELRID – Knowledge Base (Edelrid)
YouTube-Video vom 31.03.2020



⁹ Cut Resistance of Ropes: Part 3 – EDELRID Knowledge Bases (Edelrid)
YouTube-Video vom 02.02.2024



¹⁰ Alpinforum 2020: Seilrisse – und was wir daraus lernen können (Sammel, C.)
YouTube-Livestream-Video vom 14.11.2020

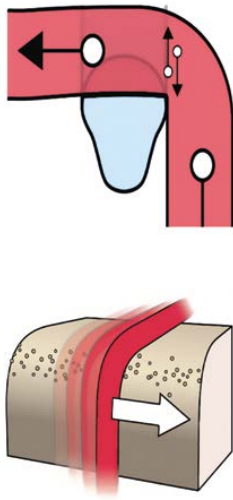


Abb. 1 Durch Schnitt- oder Scheerbelastung können Seile durchtrennt werden.

Grafik: Georg Sojer

Bereits seit Beginn der 2000er-Jahre beschäftigt sich die Bergsport-Szene intensiver mit der Schnittfestigkeit von Bergseilen. Pit Schubert formuliert einen UIAA-Scharfkantentest, der 2002 eingeführt wurde und nach nur zwei Jahren wegen mangelnder Reliabilität wieder eingestampft werden musste. Dieser Test verwendete beim „Normsturz“ entsprechend EN 892 eine scharfkantigere Lochplatte als Seilumlenkung als gewöhnlich. 2005 und 2006 wurden von Professor Veith Senner der TU München in Kooperation mit der DAV-Sicherheitsforschung drei Diplomarbeiten an die Studenten P. Riesch, M. Blümel und M. Bückers vergeben. Alle drei forschten zur Mechanik von Seilrissen und führten erste Schnittfestigkeitsuntersuchungen an Felskanten und mit einem Kerbschlagpendel durch. Ziel war es, die Bruchmechanik zu

analysieren und die Schnittfestigkeit von Bergseilen zu quantifizieren, um unterschiedliche Konstruktionen und Materialien vergleichen zu können. Nachdem die Ergebnisse in der Normengruppe der CEN sowie der UIAA vorgestellt wurden, begannen die Firmen Edelrid und Mammut/Teufelberger mit weiteren Forschungsprojekten. Das Ergebnis sind die beiden besonders schnittfesten Seile „Swift Protect 8.9“ bzw. „Eagle Lite Protect 9.5“ sowie das Halb- und Zwillingseil „Starling 8.2“ von Edelrid und das „Core Protect 9.5“ (und 8.0) von Mammut.

Stellt sich die Frage, was können diese Seile besser als herkömmliche Seile? Wie viel besser sind sie, welche Technik verwenden diese Seile dabei und ist eines der beiden schnittfester?



Abb. 2 Das Bruchbild unter dem Mikroskop kann Aufschluss geben, welcher Mechanismus vorwiegend zum Riss führte.

Foto: Chris Semmel

Gütekriterien

Eine Untersuchung hat dann Hand und Fuß, wenn gewisse Gütekriterien erfüllt sind. Diese sind in erster Linie die Objektivität, Reliabilität und Validität. Die Objektivität ist gewährleistet, wenn die Ergebnisse unabhängig vom Untersucher sind.

Reliabilität liegt vor, wenn die Ergebnisse hinsichtlich Genauigkeit (Varianz) eine Zuverlässigkeit aufweisen und damit auch eine Reproduzierbarkeit gegeben ist.

Validität ist gegeben, wenn das, was gemessen wird, auch eine Aussagekraft für die Fragestellung (Praxis) hat. Beziehen wir diese Kriterien auf unsere Schnittversuche, dann sind Objektivität und Reliabilität gegeben. Denn es ist egal, wer den Start-Knopf an der

Maschine drückt, der Schnittvorgang ist immer gleich. Und die Ergebnisse sind bezüglich Streuung und Genauigkeit sowie Reproduzierbarkeit ausreichend zuverlässig.

Bezüglich der Validität, also ob die gemessene Schnittlänge an der Maschine auch der Praxis (einer Felskante) entspricht, ist diskutabel. Aber jede Kante in der Natur ist anders und nach einer Belastung mitunter sogar verändert. Untersuchungen an realen Felskanten sind daher nicht standardisierbar. Versuche von Edelrid sowie Teufelberger/Mammut zeigen jedoch, dass diejenigen Seile, die hier gut abschneiden, auch an der Testmaschine gute Werte erzielen. Ob jedoch das „beste“ Seil aus den Maschinen-Versuchen auch immer und an jeder Felskante den besten Wert zeigt, kann nicht mit Sicherheit behauptet werden.

Horrorvorstellung Seilriss

„Seile können nicht reißen“, so Pit Schubert. Dann fügte er an: „außer durch Säure (Schwefelsäure = Batteriesäure) und an scharfen Kanten oder durch Steinschlag.“ Genau diese scharfen Kanten sind es, die immer wieder zu Seilrissen führen^{3,5}. Dabei können Seile bei seitlicher Bewegung über solch eine Kante (Schnittbelastung) wie auch bei einer Längsbewegung (Scherbelastung) durchtrennt werden (Abb. 1).

Schnell wurde klar, dass besonders seitliche Schnittbelastungen heikel sind^{1,2,3,5}. Auch klar wurde, dass weniger der Seildurchmesser als vielmehr die Last am Seil sowie die Geometrie der Kante für einen Riss entscheidend sind^{3,6,10}.

Daniel Gebel von der Firma Edelrid reichte 2020 in der UIAA-Normenkommission einen Vorschlag für eine neue Scharfkantenprüfung von Bergseilen ein. Herzstück der Prüfung ist eine speziell entwickelte Schnittmaschine, die unter Vorspannung die nötige Schnittlänge misst, bis eine Seilkonstruktion durchtrennt ist (Abb. 4).

Seilriss Burgstall



Seilriss Pfalz 2016



Seilriss Rotenfels



Seilriss Robl



Seilriss Nesthorn



Seilriss Eisschrauben 2009



Abb. 3 Serie verschiedener Unfälle mit Seilrissen. Fotos: Chris Semmel



Abb. 4 Die Seilschneide-Maschine von Edelrid. Foto: Chris Semmel



Was können die neuen Seile?

Zurück zu unseren Fragen. Gemeinsamkeit der beiden schnittfesten Seilkonstruktionen ist die Verwendung von Aramid-Fasern (Markenname Kevlar). Während Mammut auf einen Aramid-Zwischenmantel setzt, der locker geflochten die Kerneinlagen des Seils umschließt und dann wiederum von einem herkömmlichen Polyamidmantel umflochten ist, setzt Edelrid auf in die Mantelgarne eingelegte Aramid-Fasern. Doch das Aramid ist nicht allein

für die höhere Schnittfestigkeit verantwortlich. Auch Parameter wie Mantelanteil, Fadenspannung beim Flechtvorgang, Abzugswinkel beim Flechten und weitere Firmen-Geheimnisse spielen anscheinend eine Rolle. Denn vergleicht man ähnliche Konstruktionen mit gleichem Aramid-Anteil, erhält man unter Umständen unterschiedliche Schnittlängen. Gleichzeitig kann ein dünneres Seil mit geringerem Aramid-Anteil eine höhere Schnittfestigkeit aufweisen. Wie so oft ist es leider nicht so einfach, wie man es gerne hätte ...

Abb. 5 Die Konstruktion des neuen Mammut-Seils Core Protect und des Swift von Edelrid im Vergleich. Fotos: oben: Edelrid, unten Chris Semmel

Die Seilschneide-Maschine

Die Maschine besteht nach etlichen Vorversuchen 3 (vgl. bergundsteigen #99, Sommer 2017) gegenwärtig aus einem standardisierten Schnittrad mit Kerben, das bei definierter Drehgeschwindigkeit das belastete Seil schneidet. Das Seil selber wird mit einer konstanten Vorspannkraft und einem festgelegten Winkel (120° bzw. 160°) über dem Rad fixiert. Gemessen wird die notwendige Schnittlänge, bis das Seil durchtrennt ist.

Für unsere Vergleichsuntersuchungen verwendeten wir entsprechend dem Normenvorschlag eine Vorspannung von 1 kN (~100 kg) bei einem Seilwinkel von 120° am Schnittrad. Kritiker meinen, diese Kraft sei zu gering. In der Praxis würden höhere Kräfte im Seil wirken, weshalb die Validität der

Ergebnisse angezweifelt wird. Tatsache ist, dass bei üblichen Stürzen Kräfte von 3 bis 5 kN an der Umlenkung gemessen werden. Im Seil dürften demnach – je nach Seilabschnitt – Kräfte von 1 bis 3,5 kN wirken. Bei dynamischen Versuchen an Felskanten, bei denen Seile durchtrennt wurden, lag an der Fallmasse eine Kraft von 1,5 kN an (Versuche bei Edelrid sowie in der Diplomarbeit von P. Riesch und M. Blümel). Bei den Versuchen von Mammut/Teufelberger lagen die Kräfte zwischen 2,2 und 3,5 kN.

Das Problem der momentanen Seilschneide-Maschine ist, dass bei zu großen Vorspannkräften die Schnittlänge dermaßen abnimmt, dass die gemessenen Werte fast nicht mehr vergleichbar sind (Schnittlängen von wenigen Millimetern). Um dennoch der Forderung nach höheren Lasten

nachzukommen, haben wir bei unseren durchgeführten Messungen den Winkel von 120° auf 160° reduziert. Somit ist die Anpresskraft des Seils auf dem Schnittrad geringer, was zu größeren Schnittlängen führen müsste. Dadurch hofften wir, auch mit höheren Vorspannungen von 1,5 und 2 kN sinnvoll messen zu können. Alternativ wäre ansonsten noch die Verwendung eines weniger aggressiven Schnittrads möglich, was jedoch mit enormen Kosten (das Schnittrad besteht aus Wolframcarbid) und erheblichem Zeitverlust durch die Anfertigung verbunden wäre. Wir wählten daher, neben dem Messaufbau des Normenvorschlags (120° Winkel und eine Vorspannung von 1 kN), einen Winkel von 160° und Vorspannkräfte von 1 kN, 1,5 kN und 2 kN. Damit wollten wir herausfinden, ob und in welcher Form sich die Performance der Seile bei höheren Kräften verschiebt.

Nylon, Kevlar und Dyneema ...

Schon des Öfteren wurde über diese unterschiedlichen Fasern berichtet ^{2, 3, 4, 6, 10, *}
 Hier in aller Kürze die Eigenschaften, Vor- und Nachteile der Fasern zusammengefasst ²:

Markenname	Chem. Bezeichnung	Zugfestigkeit	Bruchdehnung	Schnittfestigkeit	UV-Stabilität
Nylon	Polyamid (PA)	800 N/mm ²	15–30 %	gering	gut
Dyneema	Polyethylen (UHMWPE)	3400 N/mm ²	3,8 %	sehr gut	sehr gut
Kevlar	Aramid	3300 N/mm ²	3,5 %	(sehr) gut	gering
Trevira	Polyester (PES)	800 N/mm ²	10–20 %	gering	sehr gut

Es wird sofort klar, dass wir einerseits sehr statische und hochfeste Fasern wie Dyneema und Kevlar kennen und andererseits Fasern, die sich dehnen können, also elastisch sind. Dadurch können diese Fasern Sturzenergie aufnehmen, weisen aber eine geringere Bruchfestigkeit auf. Möchte man eine leichte Schlinge mit hoher Festigkeit, wählt man Aramid oder UHMWPE als Werkstoff, muss man Sturzenergie aufnehmen, funktioniert nur Polyamid.

Das Problem ist also, in ein dynamisches Bergseil schnittfeste, aber auch statisch wirkende Fasern wie Kevlar oder Dyneema zu implementieren. Das funktioniert nur, wenn die statischen Fasern so im Seil liegen, dass diese „quer“ verbaut sind und sich bei Dehnung des elastischen Polyamids mitbewegen können, ohne die Elastizität des Seils maßgeblich zu beeinflussen und ohne selbst unter Last zu geraten. Das geht zum einen im Seilmantel, wenn die Mantelfäden diagonal um den sich um bis zu 40 % dehnenden Seilkern geflochten werden. Die Mantelfäden ändern bei Dehnung des Seils demnach ihren Winkel zueinander wie eine Scherenkonstruktion. Der Ansatz von Teufelberger/Mammut ist es hingegen, einen locker eingelegten Zwischenmantel wie einen Schlauch zwischen Seilkern und Außenmantel zu konstruieren. Die hierbei verbauten

Aramid-Fasern sind an dehnbaren Polyamid-Filamente angeheftet und bilden Schlaufen. Dehnt sich das Polyamid, streckt sich das Aramid, ohne jedoch unter Last zu geraten, und wandert nach der Belastung wieder zurück in den Ausgangszustand, ohne dass das Seil „klumpt“. Das sind vereinfachte Erklärungen zu den Funktionsprinzipien dieser beiden Seilkonstruktionen. Immer wieder ist als Falschinformation zu hören, dass Dyneema besonders schnell altern würde.

Wenn, dann ist vor allem Aramid von einer erhöhten mechanischen Alterung (Biege-Wechselbelastung) sowie einer erhöhten UV-Alterung betroffen². Auch gegenüber Säuren ist Dyneema im Gegensatz zu Nylon² recht unempfindlich.

Dass man keine Kevlar-Bandschlingen am Markt findet, liegt vor allem an der UV-Empfindlichkeit von Aramid. Soll die Faser tragen, sollte sie durch einen Mantel geschützt sein (wie bei Reepschnüren). Dass immer mehr Hersteller von Aramid (Kevlar) zu Polyethylen (Dyneema) wechseln, hat auch damit zu tun, dass sich der Weltmarktpreis von Aramid erhöht hat. Viele ballistische Schutzausrüstungen (schusssichere Westen und Platten für gepanzerte Fahrzeuge sowie Feuer-Schutzanzüge) werden aus Aramid-Fasern hergestellt.

*vgl. auch bergundsteigen 3/2012 und 3/2017, #100

Unsere Versuchsreihe

Konkret haben wir sechs Seile und eine Hilfsleine getestet:

Von Teufelberger/Mammut haben wir das Einfachseil Core Protect 9,5 mm sowie das Halbseil Core Protect 8,0 mm getestet. Im Vergleich dazu von Edelrid das dreifach zertifizierte Seil Swift Protect 8,9 mm sowie das herkömmliche Swift 48 8,9 mm (ein ähnliches Seil, nur ohne Aramid-Fasern im Mantel). Zusätzlich das Eagle Lite Protect 9,5 mm sowie das Halb- und Zwillingsseil Starling Protect 8,2 mm (beide ebenfalls mit Aramid-Fasern im Mantel), außerdem wurde die Hard Line, eine 6-mm-Dyneema-Reepschnur mit Polyester-Mantel getestet.

Hier eine Übersicht der getesteten Seile:

Hersteller	Mammut	Edelrid	Edelrid	Edelrid	Mammut	Edelrid	Edelrid
Seiltypen	9.5 Core Protect	8.9 Swift Protect	9.5 Eagle Lite Protect	8.9 Swift 48	8.0 Core Protect	8.2 Starling Protect	6.0 Hard Line
Durchmesser	9,5 mm	8,9 mm	9,5 mm	8,9 mm	8,0 mm	8,2 mm	6,0 mm
Norm	①	① ½ ②	①	① ½ ②	½ ②	½ ②	–
Normstürze	5	6/18/30* ¹	6	6/20/22* ¹	5/12	7/20* ¹	–
Fangstoß	8,9 kN	9,9/7,3/11,8 kN* ²	8,7 kN	8,7/6,5/10,8 kN* ²	6,4/9,8 kN* ²	7,0/11,8 kN* ²	Bruchkraft 23 kN
Gewicht	59 g/m	53 g/m	59 g/m	53 g/m	43 g/m	44 g/m	24 g/m
Statische Dehnung	8 %	5,5 %	4,7 %	6,2 %	9 %	8,8/5,1 %* ³	–

Tabelle 1 Übersicht der getesteten Seile. Alle farbig markierten Seile weisen schnittfeste Garne auf, lediglich das grau markierte Swift 48 besteht ausschließlich aus Nylon.

*¹ Normsturzanzahl bei 80 kg bzw. 55 kg im Einzelstrang bzw. 80 kg im Doppelstrang

*² Fangstoßwerte bei 80 kg bzw. 55 kg Fallmasse in einen Seilstrang und bei 80 kg in zwei Seilstränge

*³ Statische- oder Gebrauchsdehnung am Einzel- bzw. im Doppelstrang bei 5 kg zu 80 kg

Hersteller	Mammut	Edelrid	Edelrid	Edelrid	Mammut	Edelrid	Edelrid
Seiltypen	9.5 Core Protect	8.9 Swift Protect	9.5 Eagle Lite Protect	8.9 Swift 48	8.0 Core Protect	8.2 Starling Protect	6.0 Hard Line
1 kN, 120°	243 mm	258 mm	222 mm	149 mm	141 mm	160 mm	96 mm
1 kN, 160°	299 mm	293 mm	262 mm	205 mm	180 mm	172 mm	139 mm
1,5 kN, 160°	166 mm	155 mm	158 mm	115 mm	109 mm	107 mm	87 mm
2 kN, 160°	117 mm	104 mm	104 mm	73 mm	71 mm	75 mm	64 mm

Tabelle 2 Mittelwerte der Schnittlängen aus 10 Versuchen in Millimetern.

Testdesign, Auswertung

Jedes Seil wurde bei den Winkeln (120°/1 kN und 160°/1 kN, 1,5 kN bzw. 2 kN) 10-mal zerschnitten. Der jeweils kleinste und größte Wert wurde gestrichen und dann der Mittelwert der acht verbleibenden Werte gebildet (siehe Tabelle und Grafik).

Betrachtet man die Werte, so kann Folgendes zusammengefasst werden. Die als „schnittfest“ klassifizierten Seile zeigen eine deutlich höhere Schnittlänge auf, als das herkömmliche Seil Swift 48. Vergleiche hierzu Tabelle bzw. Graphen mit mittelblau (Mammut Core Protect 9,5), flieder (Edelrid Swift Protect 8,9), hellblau (Edelrid Eagle Lite Protect 8,9) und grau (Edelrid Swift 48 8,9). Selbst die beiden Halbseile Mammut Core Protect 8,0 (pink) und das Edelrid Starling Protect 8,2 (rosa) liegen

bezüglich ihrer Schnittfestigkeit im Bereich des deutlich dickeren Swift 48. Beide Technologien (Zwischenmantel und Mantelfäden) zeigen einen vergleichbaren Schnittschutz. So liegen die beiden Edelrid-Seile Swift Protect und Eagle Lite Protect nahe an der Kurve des Mammut Core Protect 9,5.

Interessant ist, dass das dünnere Swift Protect (8,9 mm) besser abschneidet als das dickere Eagle Lite Protect (9,5 mm). Ein Beleg dafür, dass nicht Aramid allein die Schnittfestigkeit bestimmt und auch der Durchmesser kein erstklassiges Kriterium für eine gute Schnittfestigkeit darstellt.

Auch die beiden Halbseile Core Protect 8,0 mm und Starling Protect 8,2 mm schneiden sehr ähnlich ab.

Von daher kann man behaupten, dass beide Technologien wirksam sind und sich in der Ausprägung der Schnittfestigkeit ähneln.

Für welches Seil man sich schlussendlich entscheidet, hängt dann eher von den persönlichen Präferenzen bezüglich der sonstigen Features ab (vgl. Seil-Tabelle).

Schnittlänge in mm bei 160° und 1 kN Vorspannung

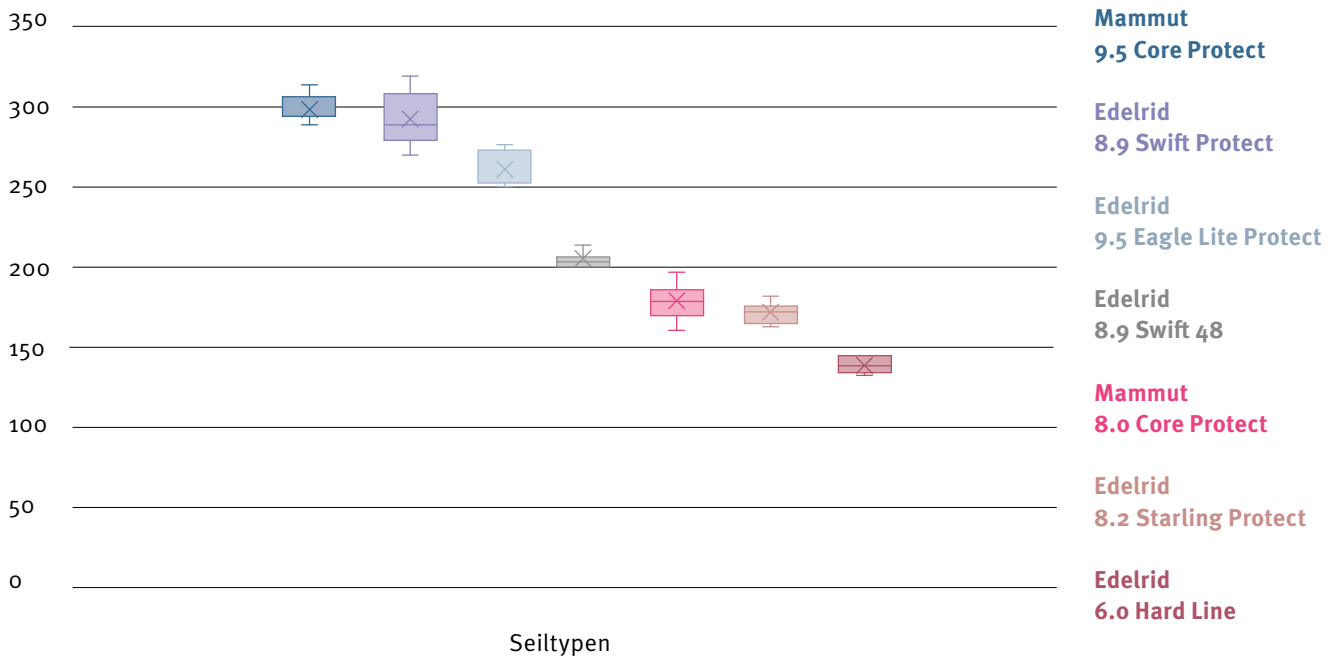
Hersteller und Seil-typen	Mammut 9.5 Core Protect	Edelrid 8.9 Swift Protect	Edelrid 9.5 Eagle Lite Protect	Edelrid 8.9 Swift 48	Mammut 8.0 Core Protect	Edelrid 8.2 Starling Protect	Edelrid 6.0 Hard Line
Messwert 1	289 mm	270 mm	251 mm	201 mm	170 mm	163 mm	132 mm
Messwert 2	295 mm	276 mm	251 mm	201 mm	170 mm	163 mm	132 mm
Messwert 3	295 mm	289 mm	257 mm	201 mm	170 mm	170 mm	138 mm
Messwert 4	295 mm	289 mm	257 mm	201 mm	176 mm	170 mm	138 mm
Messwert 5	295 mm	289 mm	264 mm	207 mm	182 mm	176 mm	138 mm
Messwert 6	301 mm	295 mm	264 mm	207 mm	182 mm	176 mm	144 mm
Messwert 7	308 mm	314 mm	276 mm	207 mm	188 mm	176 mm	144 mm
Messwert 8	314 mm	320 mm	276 mm	214 mm	201 mm	182 mm	144 mm
Mittelwert	299 mm	293 mm	262 mm	205 mm	180 mm	172 mm	139 mm

Schnittlänge in mm bei 160° und 2 kN Vorspannung

Hersteller und Seil-typen	Mammut 9.5 Core Protect	Edelrid 8.9 Swift Protect	Edelrid 9.5 Eagle Lite Protect	Edelrid 8.9 Swift 48	Mammut 8.0 Core Protect	Edelrid 8.2 Starling Protect	Edelrid 6.0 Hard Line
Messwert 1	100 mm	100 mm	94 mm	63 mm	69 mm	69 mm	63 mm
Messwert 2	113 mm	100 mm	100 mm	69 mm	69 mm	69 mm	63 mm
Messwert 3	113 mm	100 mm	100 mm	69 mm	69 mm	69 mm	63 mm
Messwert 4	113 mm	107 mm	107 mm	75 mm	69 mm	75 mm	63 mm
Messwert 5	119 mm	107 mm	107 mm	75 mm	69 mm	75 mm	63 mm
Messwert 6	126 mm	107 mm	107 mm	75 mm	75 mm	75 mm	63 mm
Messwert 7	126 mm	107 mm	107 mm	75 mm	75 mm	82 mm	63 mm
Messwert 8	126 mm	107 mm	107 mm	82 mm	75 mm	82 mm	69 mm
Mittelwert	117 mm	104 mm	104 mm	73 mm	71 mm	75 mm	64 mm

Tabellen 3 und 4 Streuung Schnittlängen bei 10 Messwerten, der kleinste und der größte Wert wurden jeweils gestrichen (8 verbleibende Werte).

Schnittlänge in mm bei 160° und 1 kN Vorspannung



Schnittlänge in mm bei 160° und 2 kN Vorspannung

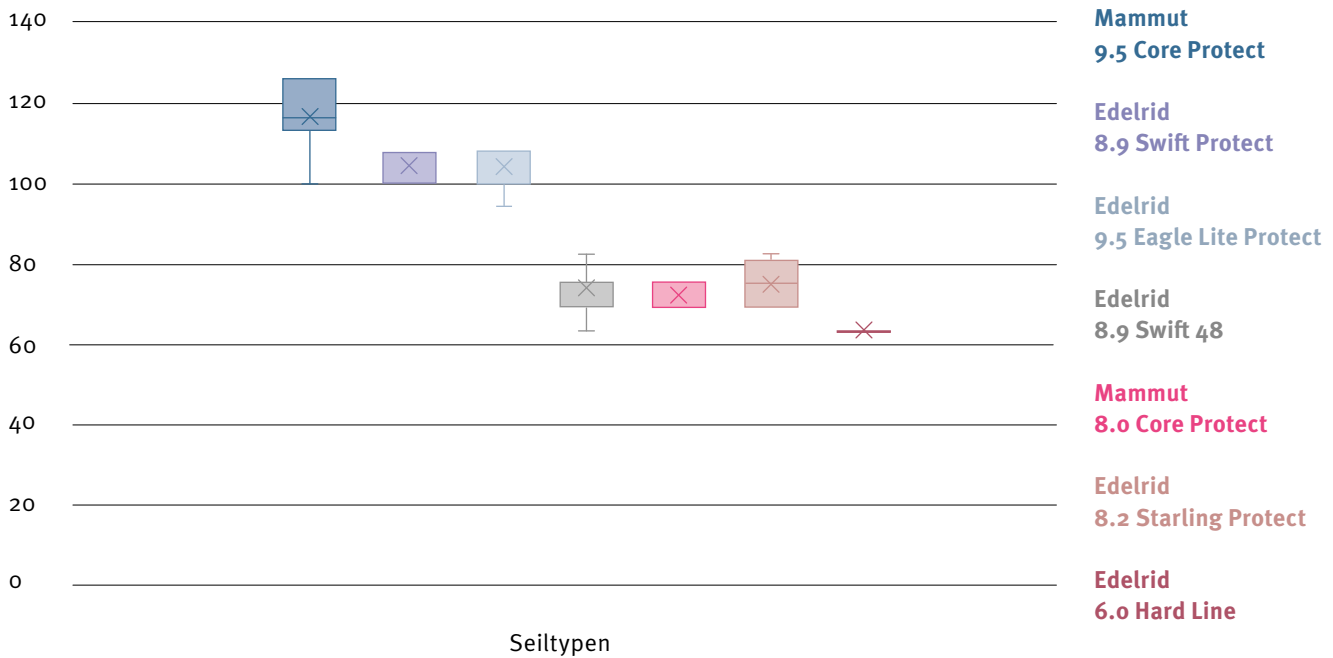


Abb. 6 und 7 Streuung und Mittelwerte der Vergleichsmessungen mit 1 kN und 2 kN Vorspannung.

Ergebnisse

■ Was können die neuen „Protect“-Seile? Vergleicht man die Werte, so kann man feststellen, dass die neuen Seile zu einem herkömmlichen, vergleichbar dicken Kletterseil tatsächlich eine etwa um 50 bis 70 % höhere Schnittfestigkeit aufweisen. Ob man sich dies wünscht, muss jeder für sich selber entscheiden.

■ Welches Seil ist besser? Beide Seil-Technologien, also mit Aramid-Fäden im Mantel oder mit Aramid-Zwischenmantel, zeigen beim Test einen vergleichbaren Effekt, das gilt sowohl für die Einfach- als auch für die Halbseile. Für welches Seil man sich dann entscheidet, wird von den übrigen Parametern wie der Härte und Steifigkeit des Seils, der Neigung zur Krangelbildung, dem Seilgewicht, der Normsturz-Anzahl oder von der Neigung zum Aufpelzen abhängen. Das ist wiederum vom Einsatzbereich und dem persönlichen Geschmack des Anwenders abhängig.



Abb. 8 Der Versuchsaufbau der Schnittmaschine mit 120 Grad.

Fotos: Chris Semmel

Das Swift besticht durch seine Langlebigkeit und ein relativ geringes Gewicht. Allerdings neigt es schnell zum Aufpelzen und ist sehr steif. Das Core Protect ist dagegen weicher, auch langlebig, dafür aber dicker und schwerer. Es besticht durch ein sehr angenehmes Handling. Die Imprägnierung ist anfangs etwas „klebrig“, was sich aber nach ein paar Einsätzen legt. Im Vergleich mit dem gleich schweren und gleich dicken Eagle Lite ist das Core Protect von Mammut schnittfester.

Der bei der Normprüfung gemessene Fangstoß hat wenig Aussagekraft über die entstehenden Kräfte bei einem typischen Klettersturz. Hier sind vor allem die Seilführung (Reibung im System) sowie die Sicherungstechnik maßgebend. Am ehesten kann die Gebrauchsdehnung als zusätzliches Kriterium betrachtet werden. Möchte man eher ein Seil, das sich beim Reinsetzen wenig oder mehr dehnt? Auch wieder Geschmackssache. Hauptursächlich für

einen harten Anprall an der Wand bei Stürzen sind jedoch das Absprungverhalten sowie Reibung im Seilverlauf und die Sicherungstechnik. Betrachtet man die Schnittwerte, wird zudem deutlich, dass nicht das Aramid allein ausschlaggebend für eine gute Schnittfestigkeit zu sein scheint. Welche Geheimnisse bei der Seil-Produktion noch eine Relevanz haben, verraten die Hersteller nicht, Firmengeheimnis. Auf jeden Fall gibt es mit dem Test eine reliable Möglichkeit, Seilkonstruktionen zu vergleichen.

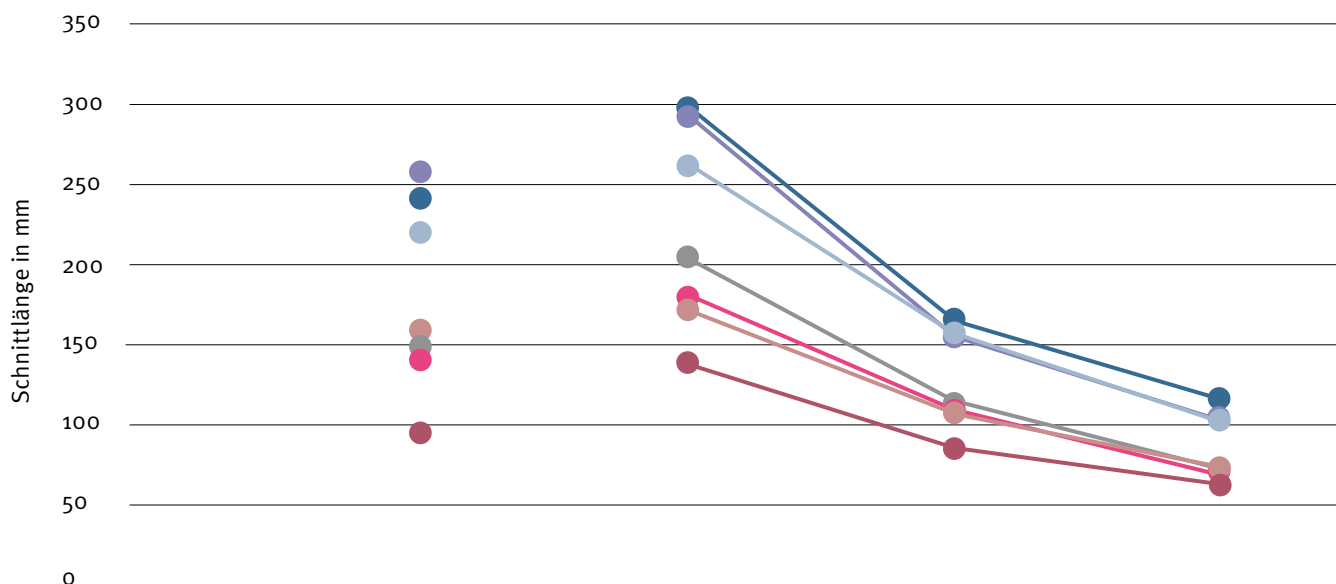
Ob der Test immer genau die Praxis abbilden kann, ist eine berechtigte Frage. Doch gilt dies für alle Norm-Aufbauten und -Tests. Jede Felskante ist anders. Und ein zweiter Versuch an ein und derselben Felskante wird durch Veränderungen an der Kante zu anderen Ergebnissen führen. Praxisversuche im realen Fels besitzen keine Reliabilität und im Vergleich mit anderen Gesteinsarten auch nur eine eingeschränkte Validität.

Ein Seil mit höherer Schnittfestigkeit wird kein Garant gegen einen möglichen Seilriss sein. Es wird lediglich die Wahrscheinlichkeit verringern! Das ist mit vielen Dingen so. Ein Helm kann auch gegen Steinschlag schützen, kein Helm nicht. Aber jeder Helm, auch ein noch so guter, wird bei einem ausreichend großen Stein oder einer ausreichend hohen Fallhöhe an seine Grenzen kommen. Genau so muss man die Wirksamkeit schnittfester Seile betrachten. Der Helm ist im alpinen Gelände mittlerweile Standard. Ich kann mir gut vorstellen, dass das in 20 bis 30 Jahren mit schnittfesten Seilen im Bergsport ähnlich sein wird.

Die vorhandenen technischen Ansätze und ein reliabler Test sind ein erster Schritt. Ob die Validität ausreicht, werden weitere Tests und Untersuchungen hoffentlich zeigen. Persönlich halte ich den Test für geeignet, um ein „Maß“ für die Schnittfestigkeit eines Bergseils zu erhalten. ■



Schnittlängenvergleich in Abhängigkeit von Vorspannung und Winkel



	1 kN 120°	1 kN 160°	1,5 kN 160°	2 kN 160°
Mammut 9.5 Core Protect	243 mm	299 mm	166 mm	117 mm
Edelrid 8.9 Swift Protect	258 mm	293 mm	155 mm	104 mm
Edelrid 9.5 Eagle Lite Protect	222 mm	262 mm	158 mm	104 mm
Edelrid 8.9 Swift 48	149 mm	205 mm	115 mm	73 mm
Mammut 8.0 Core Protect	141 mm	180 mm	109 mm	71 mm
Edelrid 8.2 Starling Protect	160 mm	172 mm	107 mm	75 mm
Edelrid 6.0 Hard Line	96 mm	139 mm	87 mm	64 mm

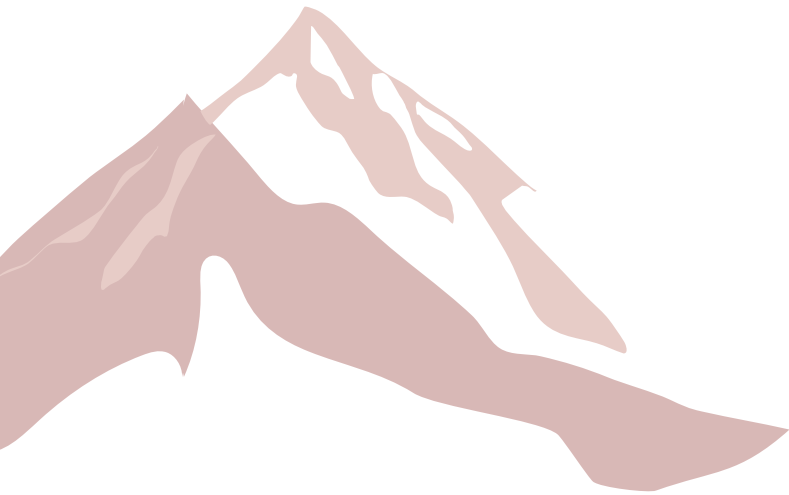
Abb. 9 Dargestellt ist der Mittelwert der jeweiligen Schnittlänge in mm (y-Achse) beim Versuchsaufbau 120°/1 kN sowie 160° mit 1 kN, 1,5 kN und 2 kN Vorspannung (x-Achse). Die Kürzel der Seile können aus Tabelle 1 übernommen werden.

Alpine Führungskompetenzen

Führen heißt Ziele definieren und die Umsetzung planen. Führen heißt Entscheidungen treffen und eindeutig kommunizieren. Führen heißt Verantwortung übernehmen und klar Position beziehen. Aber wenn individuelle Widerstände gegen den Führungsjob auftreten und das Führen zum Problem wird, was dann? Differenzierte Betrachtungen einer umfassenden Handwerkskunst.

Von Pit Rohwedder





Eine der schönsten Aufgaben ist es, Menschen in die Berge zu führen und sie dort zu begleiten. In diesen alpinen Welten zeigen wir unseren Gästen oder Teilnehmenden eines Kurses Räume voll landschaftlicher Vielfalt und erlebnisreicher Entdeckungsmöglichkeiten. Fern des Alltags warten dort spannende Abenteuer, in denen sie Selbstwirksamkeit erfahren und echte Kameradschaft erleben können. Sie entdecken versteckte Ästhetik und epische Schönheit. Mit offenen Sinnen spüren sie wieder hautnah die uns umgebenden natürlichen Elemente. Das erdet und tut der Seele gut. Wir inszenieren darüber hinaus auch inspirierende Ausbildungslandschaften und entwickeln systematisch Führungsbeziehungen zwischen uns und unseren Teilnehmer:innen, oft über viele Jahre. Zu guter Letzt hat die Natur als Lehrmeisterin noch das Potenzial, eine wertvolle pädagogische Rolle zu spielen. Deswegen sprechen viele erfahrene Bergsteiger:innen oft auch vom „Bergsteigen als Lebensschule“. Aus diesem Kontext heraus betrachtet stellen alpine Führungskompetenzen eine Handwerkskunst dar, die weit mehr umfasst als die standardmäßig gelehrt „Führungstechnik“ zur Minimierung des bergsteigerischen Risikos. Insofern möchte dieser Beitrag den Blick weiten und für ein differenziertes Verständnis in dieser Kunst werben.

Beginnen wir bei den Basics – führen heißt Ziele definieren und die Umsetzung planen

Wer Touren führt, definiert Ziele und stimmt darauf eine sorgfältige Planung ab. Um dabei systematisch vorzugehen, hilft das 3x3-Filter-Modell von Werner Munter, welches sich seit Jahren als Planungsinstrument und Risikomanagement-Tool etabliert hat. In diesem Modell werden zunächst die drei

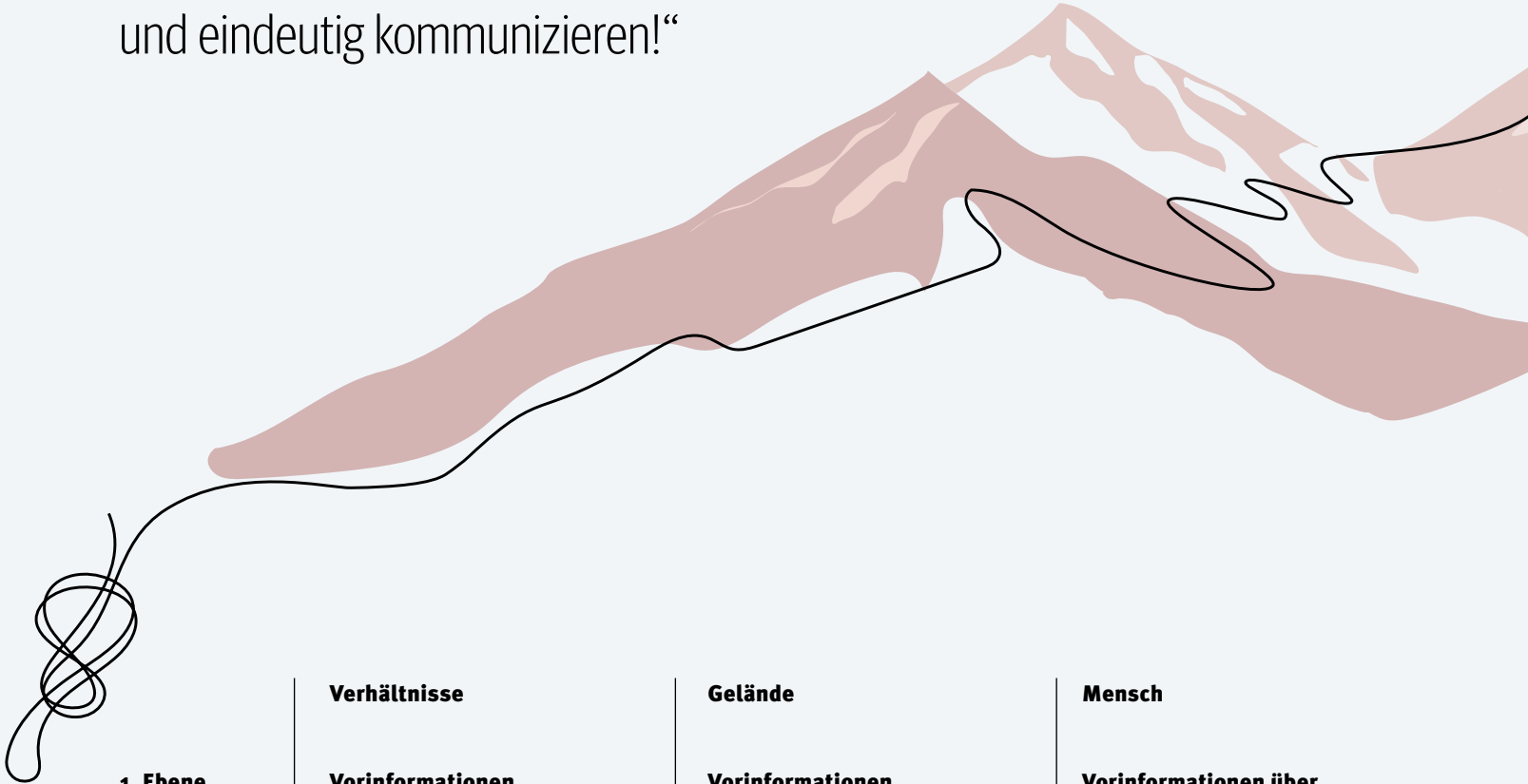
relevanten Kriterien Verhältnisse, Gelände und Mensch miteinander ins Verhältnis gesetzt. Typische Fragen dabei sind:

- Bei welchen Verhältnissen ist welche Tour in welchem Gelände mit welchen Menschen gerade möglich?
- Anders gefragt: Für welche Menschen stellen die aktuellen Verhältnisse in welchem Gelände das optimale Erlebnis dar?

Da das 3x3-Filter-Modell mehrdimensional konzipiert ist, kommen über den drei Kriterien Verhältnisse, Gelände und Mensch noch drei geografische Ebenen dazu. Die erste geografische Ebene beschreibt eine umfangreiche Planung von zu Hause oder vom Talstützpunkt aus. Dabei werden alle relevanten Informationen zu den drei Kriterien gesammelt. Die zweite Ebene folgt dem Motto „So weit das Auge reicht“ und berücksichtigt die Informationen im Gebiet. Ich bin also unterwegs und erkunde tagesaktuell die Situation im Gebiet. Diese Ebene ist schon konkreter an der Realität als das Bild, das in der Planung eben meist nur grob erfasst werden konnte. Die dritte Ebene berücksichtigt Schlüsselsituationen vor Ort oder im Winter auch die Einzelhangentscheidungen. Durch die systematische Annäherung von zu Hause, unterwegs, bis in konkrete Einzelsituationen entsteht nach Munter ein „Zoomsystem“ und damit eine kontinuierliche Überprüfung der aktuellen Situationen. Die Beurteilung wird demnach immer detaillierter.¹

Dieses inkrementelle, also aufeinander aufbauende, Verfahren leistet einen sehr nützlichen Beitrag, Vorannahmen permanent zu überprüfen, Situationen an die aktuellen Verhältnisse anzupassen und dabei Risiken zu minimieren. Es hält uns wach und aufmerksam.

„Führen heißt Entscheidungen treffen und eindeutig kommunizieren!“



1. Ebene

Planung und Entwicklung einer Strategie zuhause

2. Ebene

Wahrnehmung im Gebiet

3. Ebene

Einschätzung vor Ort

Verhältnisse

Vorinformationen

Wetterberichte, Tourenportale oder Lawinenlageberichte.

„So weit das Auge reicht“

Was kann ich jetzt im Gebiet an Vorinformationen bestätigen? Wo ergibt sich ein neues Bild der Situation?

Wie ist es tatsächlich vor Ort an den Schlüsselstellen? Ist das Gelände wie eingeschätzt begehbar?
Ist es eisig, abgeblasen, hat es frische Windzeichen usw.?
Wie tief ist der Tribschnee?
Gibt es Schwachschichten?

Gelände

Vorinformationen

Zustand der Wege, Steilheit, Gletscherrückgang, Seilsicherungen oder andere Absicherungsqualitäten etc.

„So weit das Auge reicht“

Stimmen meine Einschätzungen zum Gelände, zur Steilheit und zu den Verhältnissen? Gibt es schon Spuren? Wer ist noch unterwegs? Wie ist die Sicht?

Stimmen meine Einschätzungen zum Gelände und zu den Verhältnissen?
Gibt es schon Spuren?
Wer ist noch unterwegs?
Wie ist die Sicht?
Welche Vorsichtsmaßnahmen sind notwendig?

Mensch

Vorinformationen über die Teilnehmenden

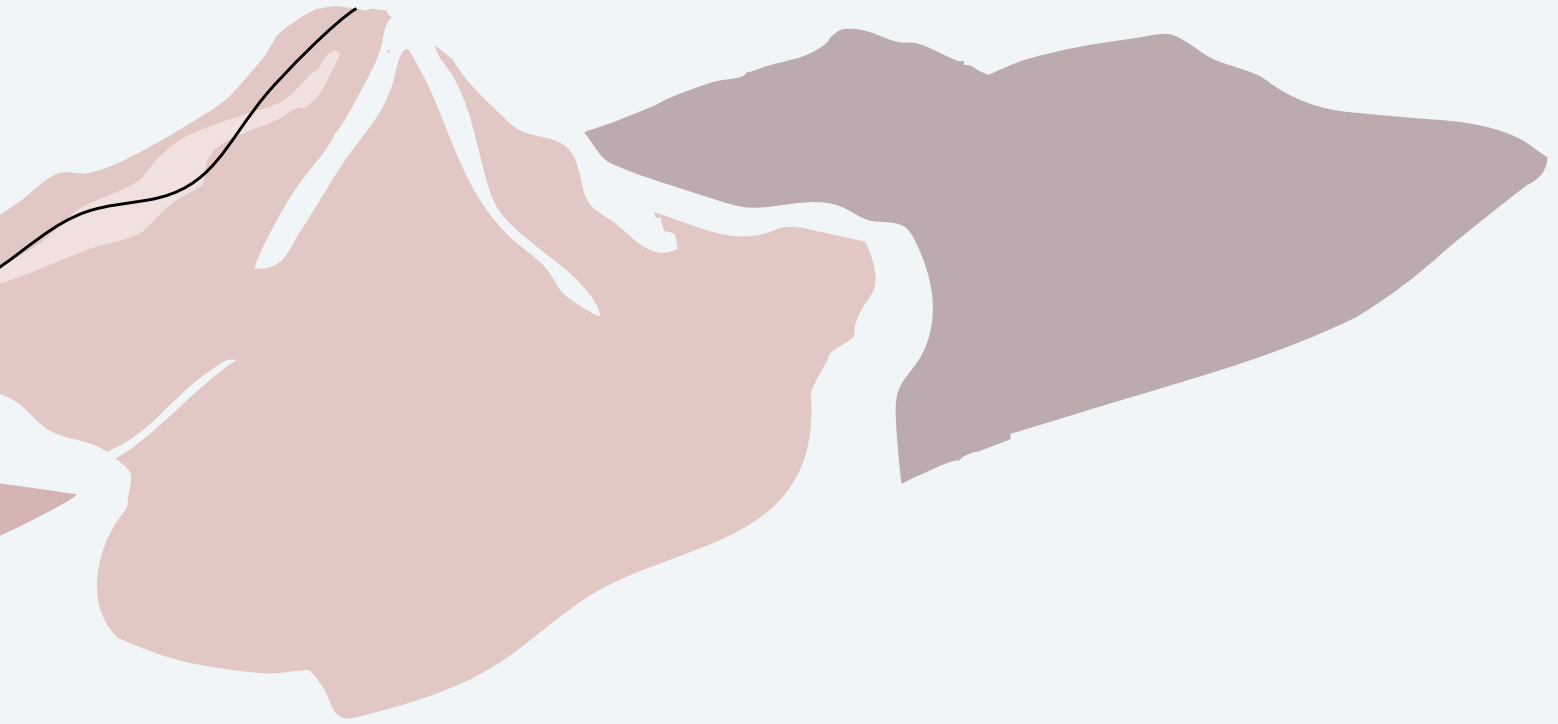
Wer kommt mit welcher Erwartung, Verfassung, Motivation oder auch Vorerfahrung mit? Wie präzise ist die Ausschreibung?

„So weit das Auge reicht“

Kontrolle der Ausrüstung und LVS-Check. Ausreichende Transparenz und Kommunikation. Wie verhalten sich die Teilnehmenden? Sind wir im Zeitplan?

Wie aufmerksam bin ich noch als Führer:in?
Was lenkt mich ab?
Gibt es Wahrnehmungsfallen?
Wie diszipliniert, nachlässig oder müde sind die Teilnehmenden?
Wer ist noch im Gelände unterwegs?
Passt die Zeit noch?

3x3-Filter-Modell mit exemplarischen Fragen.



Führen heißt Entscheidungen treffen und eindeutig kommunizieren

Wer führt, gibt also ein Ziel und den Weg dorthin vor. Die führende Person trifft dabei die Entscheidungen. Nach der 3x3-Filter-Logik vollziehen sich Entscheidungen jedoch nicht einmalig und „final“, sondern werden immer wieder situativ im Gelände überprüft und angepasst. Wer Entscheidungen trifft, muss diese letztlich auch unmissverständlich kommunizieren. Der sogenannte „transparente Führungsstil“ erläutert dabei beispielsweise die Hintergründe der Entscheidung, die Taktik und die Vorgehensweise usw. Durch die so entstehende Transparenz entsteht ein besseres Verständnis bei den Teilnehmenden für die Situation allgemein und für die Beweggründe des Guides. Der transparente Führungsstil ist also eine „Steuerungsmethode“, die Spekulationen, Missverständnissen oder auch Enttäuschungen vorbeugen kann.²

Wer sich mit kommunikationspsychologischen Modellen wie etwa den „4 Seiten einer Nachricht“ (Schulz von Thun) etwas auskennt, kann sehr nützliche Anregungen finden, auch unpopuläre Entscheidungen stimmig und akzeptanzfördernd zu kommunizieren.³ Es würde hier allerdings den Rahmen sprengen, auf dieses Modell detaillierter einzugehen.

Führen heißt Verantwortung übernehmen und klar Position beziehen

Wer Entscheidungen trifft, übernimmt Verantwortung. Wer Verantwortung übernimmt, wägt Möglichkeiten, Fähigkeiten, Bedürfnisse und Risiken genau ab. Führen erfordert demnach folgende Fähigkeiten:

- Klarheit über Ziel und Richtung

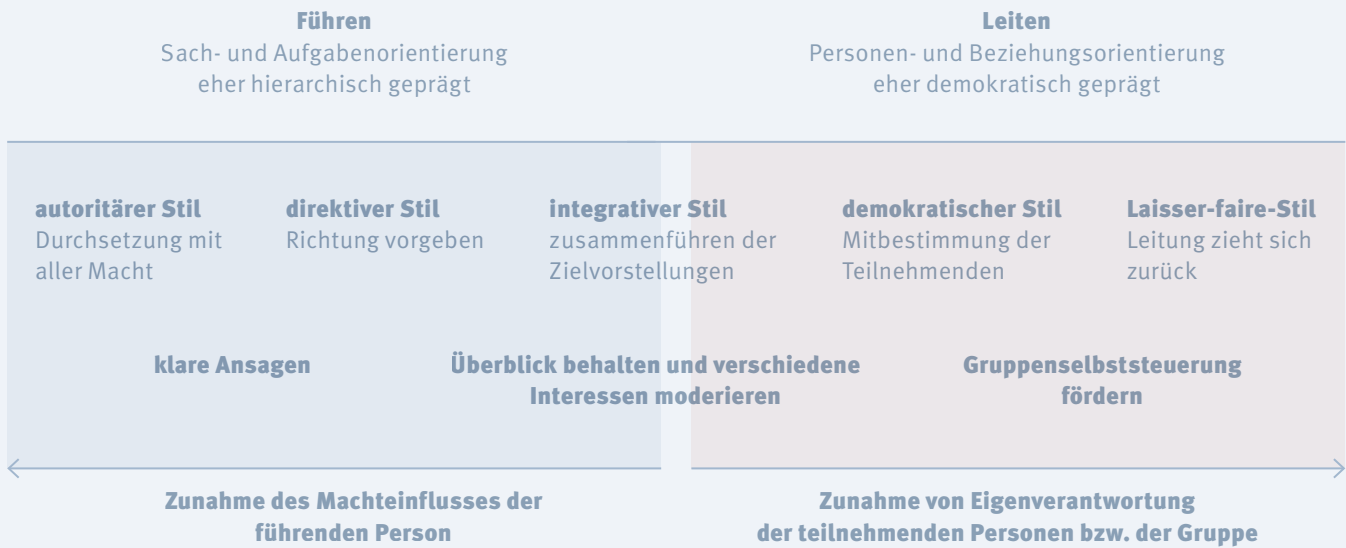
- Fachkenntnis, Verantwortungsübernahme und Selbstbewusstsein
 - Sorgfalt und Kontrolle unter Abwägung aller Kontextfaktoren (z. B. 3x3-Filter)
 - besonnenes Risikomanagement und optimale Erlebnisqualität
 - kluge und erlebnisreiche Alternativszenarien statt Maximum am Limit
 - unmissverständliche Kommunikation, auch in der Programmausschreibung
 - Entscheidungen durchsetzen und Unpopuläres aushalten können
- Führung zu übernehmen ist eine Aufgabe, die man in entsprechenden Ausbildungskursen gut lernen kann. Aber man muss die Führungsrolle auch wollen.

Wenn Führung zum Problem wird – Widerstände gegen das Führen

Manchmal gibt es individuelle Widerstände bei der führenden Person gegen das Führen, und dann entstehen Unstimmigkeiten. Das kann folgende Hintergründe haben:

- mangelndes Selbstbewusstsein oder Zweifel, der Führung gewachsen zu sein
- Angst vor Fehlern und hohes Sicherheitsbedürfnis, immer das „Richtige“ zu tun
- Angst vor Ablehnung wegen „falscher“ oder unbequemer Entscheidungen
- fehlende Standards und Strategien im Umgang mit unsicherem Wissen
- Angst vor „Einsamkeit des Führenden“ (u. a. Harmoniestreben)
- „Wir sind alle gleich“ – primus inter pares, findet sich häufig im ehrenamtlichen Kontext der Alpenvereine

Führen und Leiten im Kontext der Führungsstile zwischen autoritär und Laisser-faire.



Doch auch bei den Geführten gibt es manchmal Widerstände und fehlende Gefolgschaft. Das kann folgende Gründe haben:

- mangelnde Kommunikation oder Transparenz seitens der führenden Person
- fachlicher Zweifel an der Führungsperson oder an der Kompetenz des anderen Geschlechts
- Sicherheitsbedürfnis ist höher als die gegenwärtigen Sicherheitsmaßnahmen
- hohes Kontrollbedürfnis und Unbehagen, sich unterordnen zu müssen
- Angst vor Verlust der persönlichen Freiheit und Selbstbestimmung

Gehen wir einen Schritt weiter – Spannungsfeld Führen und Leiten

Wer führt, sieht sich oft mit unterschiedlichen Interessen und Erwartungen konfrontiert: die Erwartungen der Teilnehmenden, der Bergschulen, der Alpenvereinssektionen, des Hüttenwirtes usw. Alle Interessen und Erwartungen unter einen Hut zu bringen, ist nicht immer ganz einfach. Wenn wir nun den Blick auf Führung weiten, kann das unsere Rollen und unser Handlungsrepertoire sinnvoll erweitern. Im ersten Schritt bieten sich die sogenannten Führungsstile zwischen „autoritär“ und „Laisser-Faire“ an. Sie bilden durch ihre Gegensätzlichkeit zwei Pole, zwischen denen sich ein Spektrum an differenzierten Stilen entfaltet. Dies eröffnet uns neue oder alternative Handlungsspielräume (siehe Grafik „Führen und Leiten“). Wer sich in seinem Führungsverständnis situativ nicht nur als Führer:in sondern auch als Leiter:in versteht, erweitert seine Handlungsmöglichkeiten. Denn das „Wohin“, das „Wie“ und das „Was“ wird beim Leiten zum Gegenstand eines eher demokratisch oder partizipativ

ausgerichteten Entscheidungsprozesses. Leiten berücksichtigt also die Interessen und Bedürfnisse der Teilnehmenden mehr. Ihnen wird somit die Möglichkeit gegeben, sich in die Programmgestaltung oder in Entscheidungsprozesse stärker einzubringen. Wenn es die Verhältnisse zulassen, entweder auf Berg A oder auf Berg B zu gehen, ist eine Entscheidungsmitbeteiligung von Gruppen durchaus legitim. Allerdings müssen in der Regel solche Entscheidungsprozesse moderiert werden, sonst droht eine zu unübersichtliche oder manchmal auch nervenaufreibende Diskussion. In den Erziehungs- und Bildungszielen des Deutschen und Österreichischen Alpenvereins beispielsweise geben Berge den Rahmen beziehungsweise die Richtung vor. Das gemeinsame Unterwegssein bedeutet dann „auf dem Weg zu sein“, und dieser Weg ist bereits ein wertvolles persönliches und soziales Lernfeld. „Die Förderung einzelner Gruppenmitglieder in ihrer individuellen Kompetenzfindung ...“ steht dabei mindestens gleichwertig zu einem zu erreichenden Sachziel, beispielsweise dem Gipfel.⁴ In diesem Kontext hat sich der Slogan „Der Weg ist das Ziel“ etabliert.

Das Leiten von Menschen oder Gruppen basiert also auf dem Verständnis, diese auf ihrem Weg in die Berge zu begleiten und sie darin zu unterstützen, unterschiedliche Fähigkeiten zu erwerben. Leiten ist demnach eher eine pädagogisch geprägte Rolle.

Leiten und begleiten bedeutet

- Förderung unterschiedlicher Fähigkeiten (technische, soziale, persönliche usw.)
- Förderung von Selbstlernprozessen und Gruppenselbststeuerungsprozessen



- Programme mitgestalten lassen
- „Was wollt ihr machen?“ (Ideen, Vorschläge ...)
- Bedürfnisse berücksichtigen
- „Was ist dir/euch dabei wichtig?“
- Kooperation fördern „Wer hilft mit bei ...?“
- Verantwortung teilen
- „Wer kann welche Verantwortung übernehmen?“
- Regeln erarbeiten
- „Welche Vereinbarungen sind für uns wichtig?“

Doch auch beim Leiten kann es Widerstände geben.

- Bedürfnis nach Hierarchie und Verantwortungsübernahme durch klare Führung
- Bedürfnis nach Zielerreichung
- keine Lust auf Entscheidungsmitbeteiligung und auf Diskussionen usw.

Wenn aus dem Leiten Coaching wird – auf die Fragen kommt es an

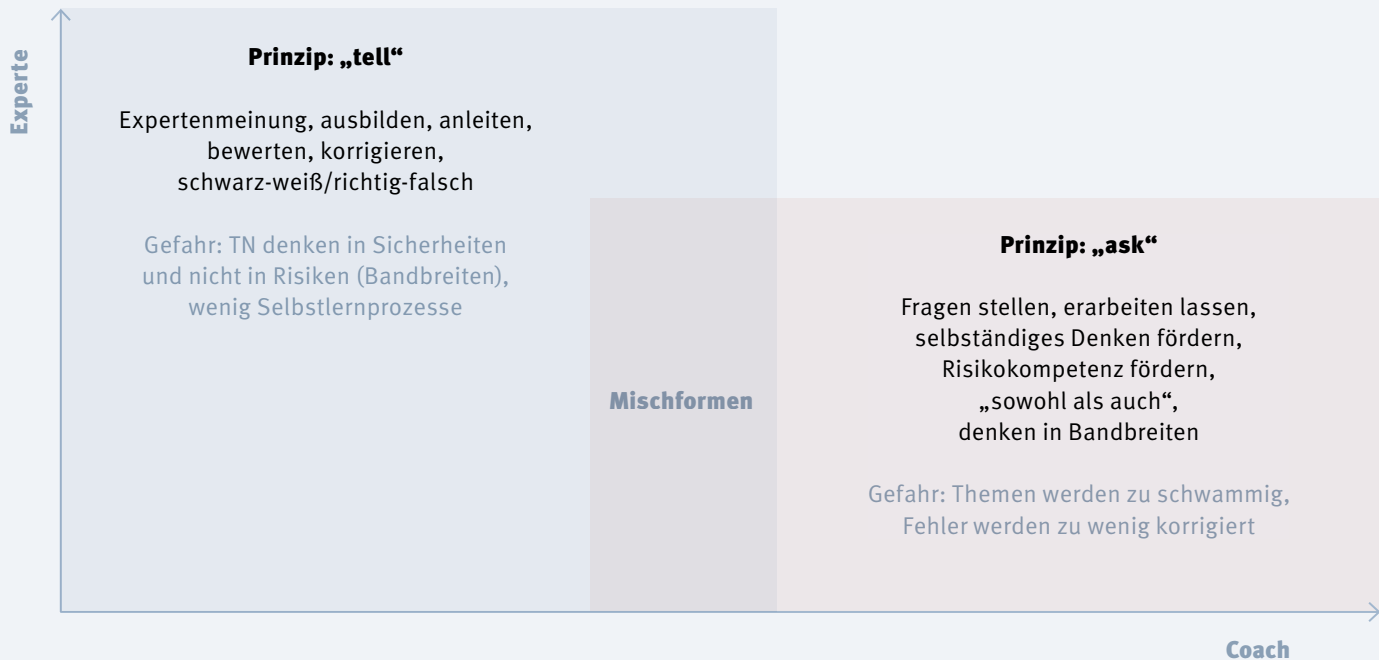
Wenn wir eher in einer leitenden und begleitenden Rolle sind oder diese situativ gezielt wählen, erweitern sich die Erlebnis- und Lernmöglichkeiten für unsere Teilnehmenden. Je nach Rollenverständnis und fachlich-methodischem Hintergrundwissen können Angebote entstehen, die typischerweise auch dem Coaching zugeordnet werden. Doch was ist Coaching genau? Der Begriff wird mittlerweile inflationär genutzt und durchdringt fast alle Lebensbereiche. Coaching ist zum ungeschützten Begriff mutiert, der heute für ein Sammelsurium verschiedener Beratungs- und Unterstützungsmethoden verwendet wird. Diese weisen häufig Gemeinsamkeiten auf, weswegen Grenzen tatsächlich manch-

mal schwer zu ziehen sind. Günstig ist das nicht, vor allem aus Sicht der Kunden. Oft ist nämlich nicht mehr klar, ob es sich bei Coachingangeboten lediglich um gut gemeinte Expertenratschläge handelt, die sich im neuen Marketingkleid schmücken, oder ob sich dahinter ein fundiertes Methodenspektrum verbirgt. Für das Beleben der Erlebnisvielfalt, für die Förderung unterschiedlicher Lernprozesse im „Lernraum Natur“ wie auch zur Aktivierung von Problemlösekompetenzen braucht es in der Regel mehr als den typischen Ratschlag oder die solide Expertenmeinung. Und genau das ist der relevante Unterschied zwischen Experte und Coach.

Experten verfügen über die nötigen Fachkenntnisse und über große Erfahrung. Dieses Know-how wird sachkundig zur Verfügung gestellt. Demgegenüber hilft Coaching vor allem durch kluge Fragen, Selbstlernprozesse zu stimulieren und eigene Erfahrungen zu machen. Es ist schon ein Unterschied, ob ich als Bergführer meine Meinung zu den aktuellen Verhältnissen kundgebe und Ratschläge zur Tourenwahl oder Technik gebe oder ob ich durch geschickte Fragestellungen das eigene Nachdenken oder das Ausprobieren der Betroffenen aktiviere. Letzteres führt auf jeden Fall zu mehr Kompetenzaufbau, auch wenn der manchmal etwas länger dauern mag. Eine Vorstellung, die den auf Fragen basierenden Beratungsansatz untermauert, ist die Auffassung, dass kreative Lösungspotenziale schon der Person innewohnen; Coaching hat lediglich die Aufgabe, den Lernprozess zu fördern, statt Lösungen vorzugeben.

Heureka! Schon die alten griechischen Philosophen haben über inspirierende Fragen das eigene Nachdenken ihrer Schüler oder Gesprächspartner gefördert. Aus dieser Zeit stammen u. a. die Fragen „Wer bin ich?“, „Was ist der Sinn des

Unterscheidung zwischen Experte und Coach.



Lebens?“ „Was ist eine erfüllende Lebenskunst?“ usw. Diese Fragen haben auch heute nichts an Aktualität verloren. Im Laufe der Geschichte haben sich die großen Denker ihrer Zeit auch damit beschäftigt, ob es so etwas wie eine „Natur des Menschen“ gibt, also eine Essenz, die sein Wesen ausmacht. Begriffe wie vernunftbegabtes Wesen, soziales Wesen, homo faber – der fabrizierende Mensch –, homo oeconomicus – der streng nach seinem eigenen Vorteil agierende Mensch – oder homo consumensis – der konsumorientierte Mensch – usw. haben jeweils aus ihrer Perspektive eine Antwort darauf zu geben versucht. Die Nationalsozialisten richteten mit ihrem Rassenverständnis Unheilvolles mit dieser Fragestellung an. Für den großen französischen Philosophen der Aufklärung Voltaire wie auch den wegweisenden Sozialphilosophen des 20. Jahrhunderts, Erich Fromm ist die Sache klar: „Die Fragen, nicht die Antworten machen ... das Wesen des Menschen aus.“⁴⁵

Heute werden zur Stimulierung philosophischer, lebenspraktischer oder auch fähigkeitsorientierter Lernprozesse häufig hypothetische, zirkuläre oder auch dialektische Fragetechniken verwendet. In der Wirtschaft hat sich vor allem zur Verbesserung der Problemlösefähigkeit von Mitarbeitenden das sogenannte Kata Coaching etabliert, welches einen gezielten Frageablauf zur besseren Problemlösung einsetzt. Dadurch werden eindeutig kompetentere Lösungspotenziale gefördert als durch vorgefertigte Antworten.

Charmant bei der Gegenüberstellung von Expert:in und Coach ist weniger die Abgrenzung zwischen dem einen und dem anderen, zwischen dem „tell-Modus“ und dem „ask-Modus“. Charmant ist die Einladung, dieses Spektrum an Möglichkeiten kennenzulernen. Denn in der Praxis geht es oft um beides: die Expertenmeinung, den Rat oder die Belehrung und Korrektur wie auch das Anstoßen kreativer

Lernprozesse durch eigenes Denken und selbständiges Erarbeiten. Ein Kollege von mir hat das einmal schön auf den Punkt gebracht: „Eigenes Denken lernen, nicht nur Gedachtes lernen.“

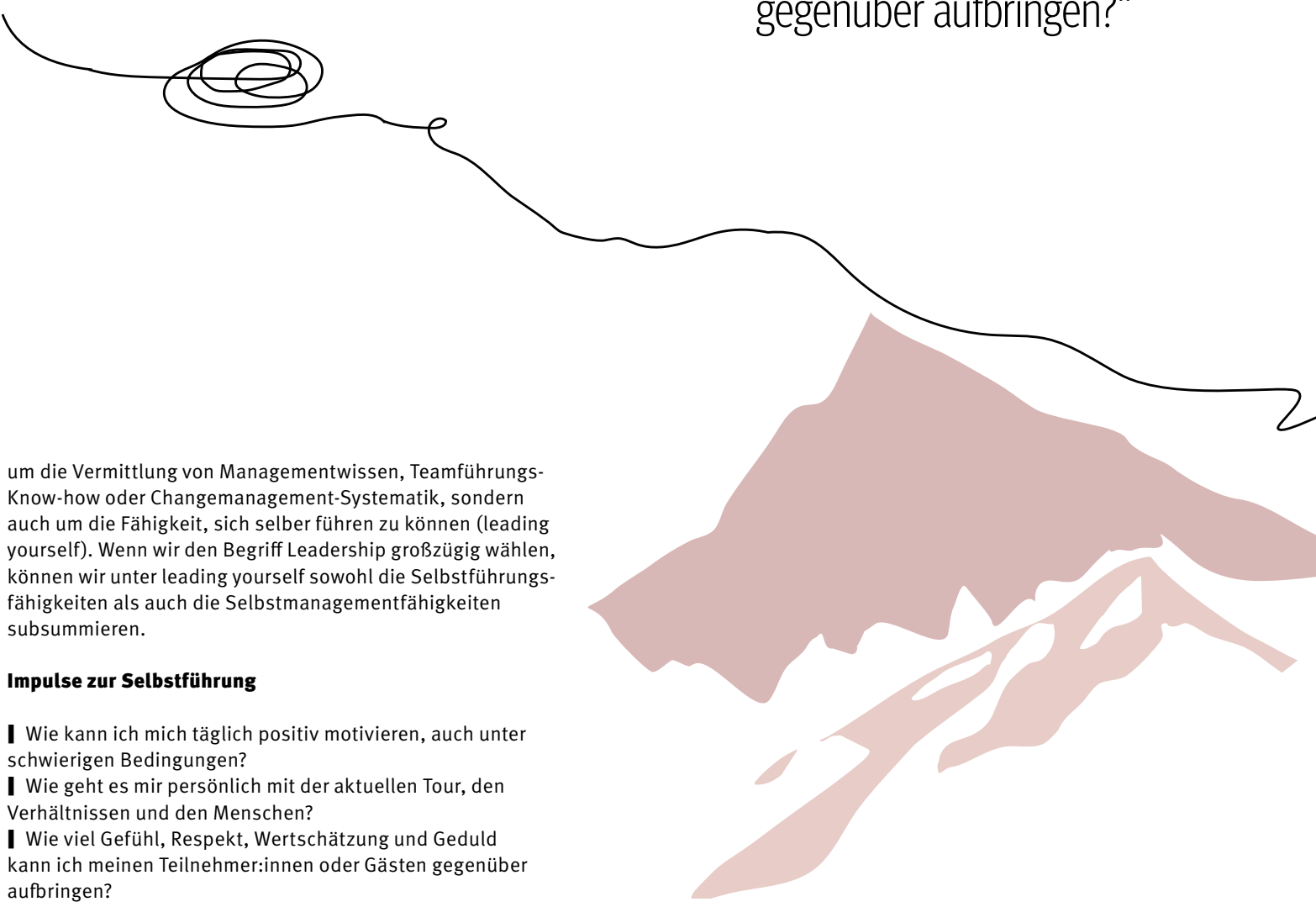
Rollenklarheit

Obwohl eine differenzierte Betrachtung der Führungsstile einerseits wie auch der beratenden und coachenden Methoden andererseits einen größeren Handlungsspielraum ermöglicht, entscheidet letztlich immer der Auftrag, in dem wir uns bewegen. Eine ausgeschriebene Führungstour ist eine Führung. Punkt. Wenn wir aber merken, dass die Teilnehmenden viel Interesse am Risikomanagement, an der Ökologie oder am Wettergeschehen usw. zeigen, können wir natürlich diese Interessen auffangen, einbinden und lenken. Ich persönlich habe gute Erfahrungen damit gemacht, auch bei reinen Führungstouren Themen, die sich aus der Naturbeobachtung ergeben, einzustreuen, gesundheitsfördernde Hinweise oder auch naturphilosophische Aspekte usw. als Impulse anzubieten oder die Teilnehmenden zu fragen, ob sie Lust auf die Vermittlung von konkretem Wissen haben. So eine Mischung aus Führung, Hinweisen, inspirierenden Impulsen und „kleiner Ausbildung“ hat nicht nur den Vorteil, erlebnisreichere Berg-Zeit zu gestalten. Es wird eine Führungsbeziehung aufgebaut, die eindeutig einen Mehrwert bietet. Und dieses Plus hat wiederum das Potenzial, die Kundenbindung zu verstärken.

Leading yourself

Kommen wir allmählich zum abrundenden Schluss. In jeder guten Führungsausbildung der Wirtschaft geht es nicht nur

„Wie viel Gefühl, Respekt,
Wertschätzung und Geduld kann ich
meinen Teilnehmer:innen oder Gästen
gegenüber aufbringen?“



um die Vermittlung von Managementwissen, Teamführungs-Know-how oder Changemanagement-Systematik, sondern auch um die Fähigkeit, sich selber führen zu können (leading yourself). Wenn wir den Begriff Leadership großzügig wählen, können wir unter leading yourself sowohl die Selbstführungsfähigkeiten als auch die Selbstmanagementfähigkeiten subsumieren.

Impulse zur Selbstführung

- Wie kann ich mich täglich positiv motivieren, auch unter schwierigen Bedingungen?
- Wie geht es mir persönlich mit der aktuellen Tour, den Verhältnissen und den Menschen?
- Wie viel Gefühl, Respekt, Wertschätzung und Geduld kann ich meinen Teilnehmer:innen oder Gästen gegenüber aufbringen?
- Wie frei bin ich im Kopf oder was lenkt mich von meiner Aufgabe und der Gefahrenwahrnehmung gerade ab?
- Wo bin ich durch Gruppendruck oder Harmoniestreben verführbar, risikoreichere Entscheidungen zu treffen?
- Was hilft mir dabei, eine stärkere Präsenz, Entschlossenheit und Durchsetzungsvermögen zu zeigen?
- Wie reguliere ich mich wieder, wenn Situationen oder die Zusammenarbeit mit Kolleg:innen chaotisch laufen?

Impulse zum Selbstmanagement

- Wie gut bin ich in Planung, Absprachen und Durchführung organisiert?
- Wie strukturiert laufen Programm und Zeitplan ab?
- Wie gut ist meine Ausrüstung sortiert oder auch für alle Fälle griffbereit?

„Wie systematisch dokumentiere ich meine Beobachtungen im Gelände und mein Risikomanagement vor allem im Winter?“



■ Wie systematisch dokumentiere ich meine Beobachtungen im Gelände und mein Risikomanagement vor allem im Winter?

Fazit oder über das Yin und Yang des Unterwegsseins

Mit Menschen in den Bergen unterwegs sein zu können, erlebe ich neben dem reinen „Job“ auch als ein Geschenk. Den Weg aus dem Alltagsstress in die wohltuende Regeneration und Kontemplation aufzuzeigen, offenen oder spontanen Situationen mit Neugier und Pioniergeist zu begegnen, eine stimmige Richtung ins spannende aber risikominimierte Abenteuer anzubieten, Spaß, Hilfsbereitschaft, Kameradschaft und Teamgeist zu fördern sowie innovative Ausbildungs- und Lernlandschaften zu gestalten, stellt eine wunderbare Aufgabe dar. Darüber hinaus noch einen gelungenen Rhythmus zwischen Anspannung und Entspannung finden, die Natur als Lehrmeisterin verstehen, sich Zeit lassen für Ästhetik und Schönheit und letztlich dadurch Lebensfreude und Lebensmut stärken, das macht unsere Führungsarbeit so reichhaltig. Aus dieser Fülle heraus aus diesem „männlichen“ und „weiblichen“ Verständnis des „Unterwegsseins“, aus diesem Yin und Yang der Naturerfahrung heraus, gibt es wohl kaum eine schönere und inspirierendere Tätigkeit. Spätestens jetzt müsste jedem klar sein, dass Bergsteigen viel mehr als nur Sport und Leistung ist. Und dass gute alpine Führung eine große Fülle an Erlebnis-, Erfahrungs- und Lernmöglichkeiten anzubieten hat.⁶

Quellen

- 1 Munter, Werner: 3x3 Lawinen – Entscheiden in kritischen Situationen, Agentur Pohl und Schellhammer, Garmisch-Partenkirchen 1997, S. 117.
- 2 Rohwedder, Pit: Outdoor Leadership, Ziel-Verlag, Augsburg, dritte, vollständig überarbeitete Ausgabe 2022, S. 29 (empfohlen vom DAV und Verband Deutscher Berg- und Skiführer).
- 3 Schulz von Thun, Friedemann: Miteinander Reden, Rowohlt Taschenbuchverlag, Reinbeck bei Hamburg 1993.
- 4 Einwanger, Jürgen: Der Gipfel ist nur die Richtung, in: berg-auf 4/2005.
- 5 Fromm, Erich: Authentisch leben, Verlag Herder, Freiburg im Breisgau 2000, S. 38.
- 6 Rohwedder, Pit: Ich bin ein Teil der Berge – Sehnsucht, Lebensfreude, Abenteuer und Spiritualität, Plädoyer für eine neue Naturverbundenheit, Eigenverlag, Schwangau 2023.

Weitere inspirierende Quellen

Morell, Margot; Capparell, Stephanie: Shackletons Führungskraft – Was Manager von dem großen Polarforscher lernen können, Rowohlt Taschenbuch Verlag, Reinbeck bei Hamburg 2003
Ausbildung zum Integrativen BergCoach, Institut für Viagiles Lernen: www.viagile-bildung.com

Werde BergCoach

Es ist Zeit,
neue Wege zu
gehen.

Speziell für

- BergführerInnen
- BergwanderführerInnen
- TourenleiterInnen
- ErlebnispädagogInnen
- alle die Interesse haben

- Erkenne das umfassende **Potenzial der Natur als Lehrmeisterin**
- Erweitere dadurch die **Erlebnis- und Erkenntnisvielfalt** im Lernraum Gebirge
- Verstärke die **Naturverbundenheit**
- Verbessere dein **pädagogisches, psychologisches und philosophisches Knowhow**
- Entwickle damit ein neues Level, **Menschen individuell zu begleiten und zu coachen**
- Gehe neue Wege und werde **Integrativer BergCoach**

Integrativer
BergCoach

Psychologischer
BergCoach
Modul 1 und 2

Systemischer
BergCoach
Modul 3 und 4



Pit Rohwedder
Lehrtrainer Integratives BergCoaching

Melde dich gerne bei
info@rohwedder-consulting.com
www.viagile-bildung.com

Alle Infos



Institut für Viagiles Lernen

Zehn Minuten

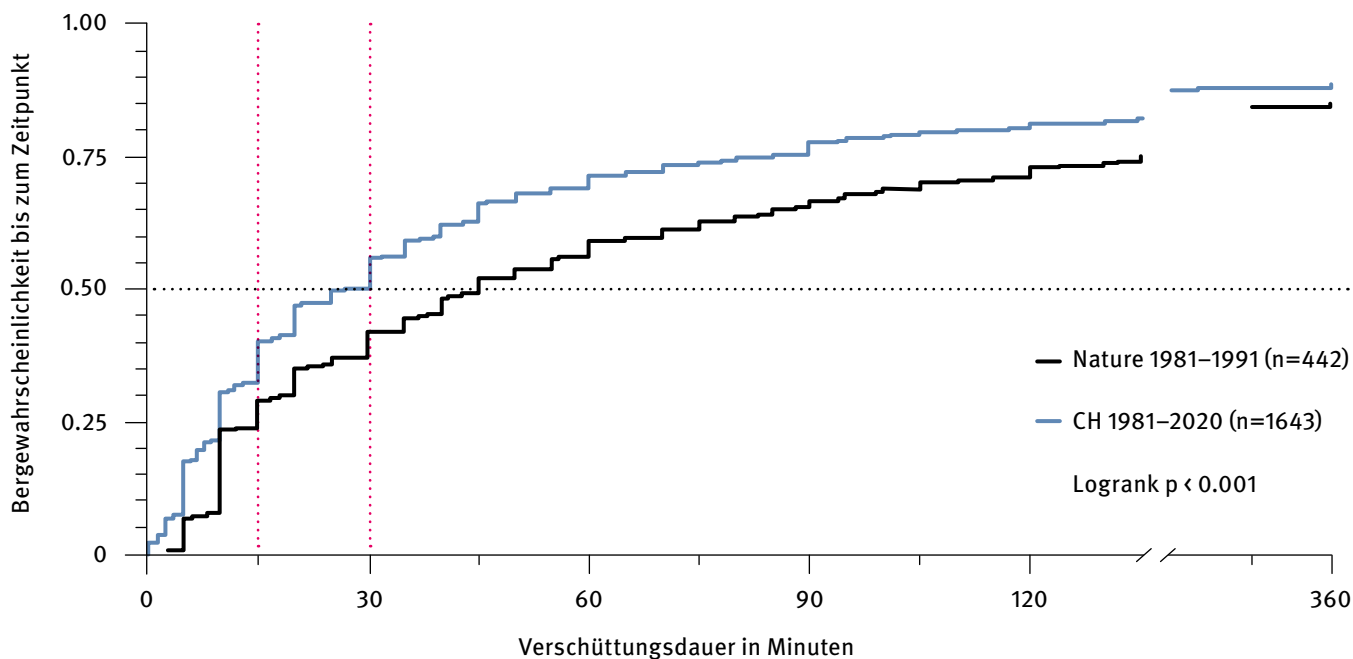
Jeder Bergsteiger und Skitourengeher weiß: Bei einem Lawinenunglück zählt jede Sekunde. Eine neue Studie zeigt, wie sich die Überlebenschance von Lawinenopfern in den letzten 40 Jahren verbessert hat – und warum der Wettlauf gegen die Zeit immer herausfordernder wird. Spoiler: Die Zeitspanne, in der die Überlebenschance am größten ist, hat sich von 15 auf zehn Minuten verringert.

Von Simon Rauch, Hermann Brugger, Markus Falk, Benjamin Zweifel, Giacomo Strapazzon, Roland Albrecht, Urs Pietsch





Abb. 1 Wahrscheinlichkeit der Bergung von kritisch verschütteten Lawinenofern in Abhängigkeit von der Verschüttungszeit in Minuten. Die blaue Linie stellt die neue Kurve dar (Daten von 1981 bis 2020), die schwarze zeigt die in Nature publizierten Daten (1981-1991). Die rot gepunkteten Linien markieren Referenzwerte bei 15 und 30 Minuten.



Die Entwicklungen der letzten 40 Jahre

Jeder Bergsteiger und Skitourengeher weiß, dass bei einem Lawinenunglück jede Sekunde zählt. Doch wie hat sich die Überlebenschance von Lawinenschütteten im Laufe der Jahre verändert? Die wegweisende Studie von Eurac Research in Bozen, Schweizer Notfallmediziner und dem Schweizer WSL-Institut für Schnee- und Lawinenforschung SLF in Davos liefert spannende Antworten. Insgesamt wurden vom Studienteam anhand von Schweizer Daten 1643 „kritisch“ verschüttete Lawinenofer aus den Jahren 1981 bis 2020 in die Studie eingeschlossen, bei denen mindestens Kopf und Oberkörper vom Schnee bedeckt waren. Teilverschüttete und nicht verschüttete Personen, die beispielsweise mithilfe eines Lawinenairbags nicht kritisch verschüttet wurden, sind nicht mit eingeschlossen. Verglichen wurden diese Daten mit jenen aus den Jahren 1981 bis 1991, welche 1994 von Markus Falk und Hermann Brugger in Nature publiziert wurden. Bei beiden Studien wurde dasselbe statistische Verfahren (Turnbull-Algorithmus) zur Berechnung der Überlebenschance angewandt.

Die Ergebnisse, die kürzlich in der renommierten Zeitschrift JAMA Network Open veröffentlicht wurden, zeigen, dass die Überlebensrate bei Lawinenschüttungen in den letzten 40 Jahren deutlich gestiegen ist. Doch es gibt auch Hinweise auf eine verkürzte Zeitspanne, in der Überlebende noch mit hoher Wahrscheinlichkeit gerettet werden können.

Schneller gerettet und höhere Überlebensraten, aber die Zeit drängt

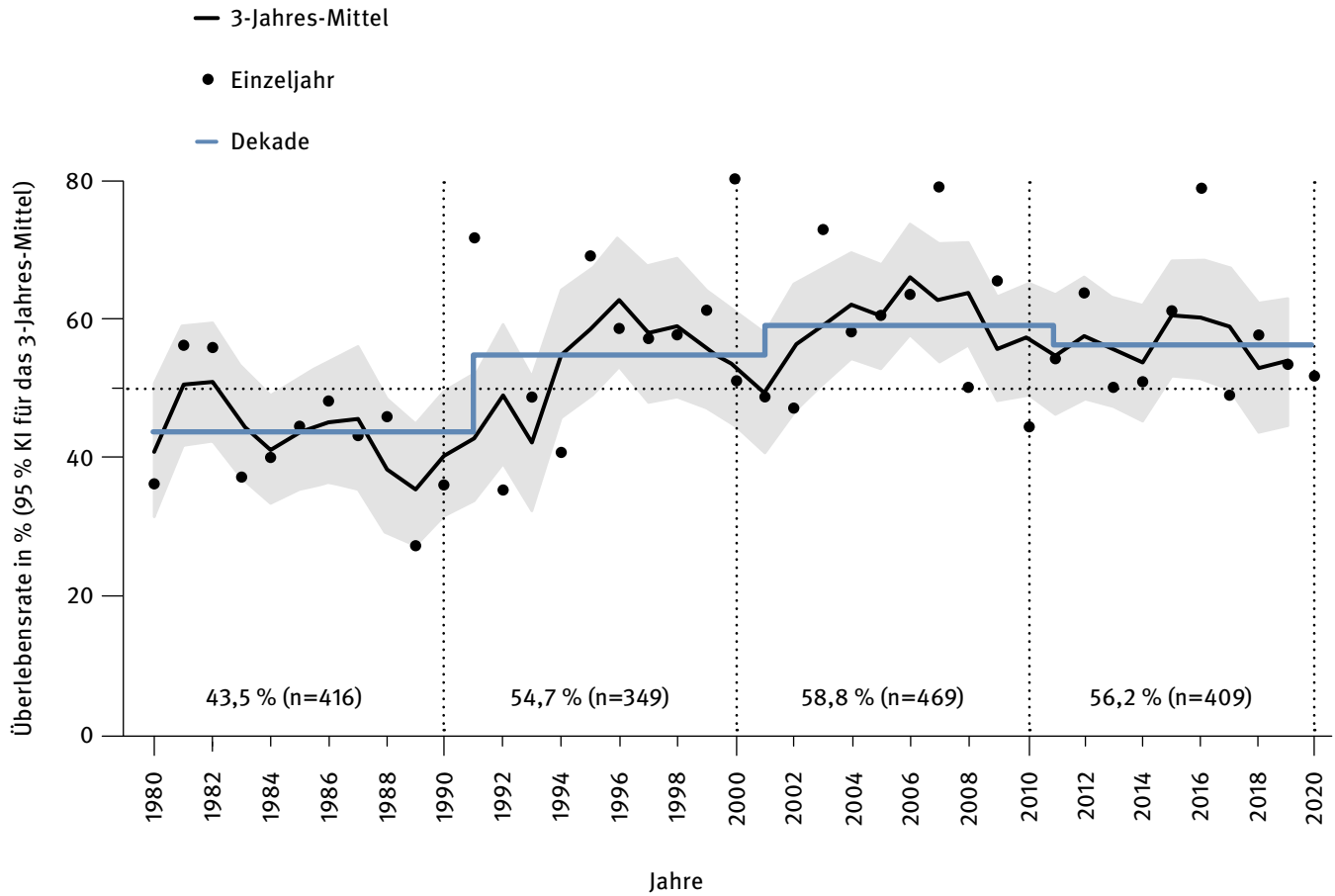
Ein wesentlicher Faktor für diese positive Entwicklung ist die verkürzte Verschüttungsdauer bei kritischer Verschüttung (Kopf und Oberkörper verschüttet). Dank Handyalarmierung, moderner Lawinenschüttetensuchgeräte und Lawinenschaufeln, besserer Ausbildung der Wintersportler und effizienteren Rettungsdiensten gelingt es, Verschüttete schneller zu bergen. Diese Technologien und Organisationen haben es den Rettungsteams ermöglicht, ihre Reaktionszeiten erheblich zu verkürzen, was sich positiv auf die Überlebenschance auswirkt.

So hat sich die durchschnittliche Rettungszeit insgesamt von 45 auf 25 Minuten verkürzt (Abb. 1). Bei der Kameradenrettung hat sich im Schnitt die Verschüttungsdauer von 15 auf 10 Minuten verkürzt, bei der organisierten Rettung sogar von 153 auf 90 Minuten. Entsprechend der kürzeren Verschüttungsdauer hat sich auch die Überlebensrate von 43,5 % bis 1990 auf 53,5 % im Jahr 2020 um ganze 10 % erhöht (Abb. 2). Besonders bemerkenswert ist auch die Verbesserung der Langzeitüberlebenschancen: die Wahrscheinlichkeit, nach mehr als 130 Minuten Verschüttungsdauer lebend geborgen zu werden, ist von 2,6 % auf 7,3 % gestiegen. Dies zeigt, dass sich auch die organisierten Rettungsmethoden und die notfallmedizinische Versorgung deutlich verbessert haben.



Hermann Brugger ist Arzt und Forscher, Gründer des Instituts für alpine Notfallmedizin von Eurac Research, Bozen, Südtirol, begeisterter Tourengeher mit zahlreichen Besteigungen in Europa und auf anderen Kontinenten.

Abb. 2 Überlebensrate von kritisch verschütteten Lawinopfern in der Schweiz im Verlauf der letzten vier Jahrzehnte in Prozent.



Doch der Wettlauf gegen die Zeit wird immer schwieriger

Trotz dieser Fortschritte gibt es auch beunruhigende Ergebnisse. So hat sich die Zeitspanne verkürzt, in der die Überlebenswahrscheinlichkeit von Lawinopfern höher ist als 90 % (Abb. 3). In den frühen 1990er-Jahren lag dieser Zeitraum bei 15 Minuten, heute beträgt er nur noch 10 Minuten. Anschließend an diese „Überlebensphase“ stürzt die Überlebenswahrscheinlichkeit innerhalb von 20 Minuten auf 30 % ab. Aus den Studiendaten ist keine klare Ursache für diesen früheren Abfall der Überlebenschancen ersichtlich. Wir können jedoch nicht ausschließen, dass diese Entwicklung auf eine höhere Schneedichte zurückzuführen ist, möglicherweise bedingt durch den Klimawandel. Je dichter der Schnee, desto weniger Luft enthält er. Bei Fehlen einer Atemhöhle erschwert dies die Atmung und verkürzt die Zeit, in der eine Person unter dem Schnee noch überleben kann. Derzeit ist dies eine Hypothese, da Daten zur Schneedichte unmittelbar nach Lawinenabgängen nicht erhoben werden. Es bleibt eine Herausforderung für die Wissenschaft, diesen Zusammenhang genauer zu untersuchen und besser zu verstehen.

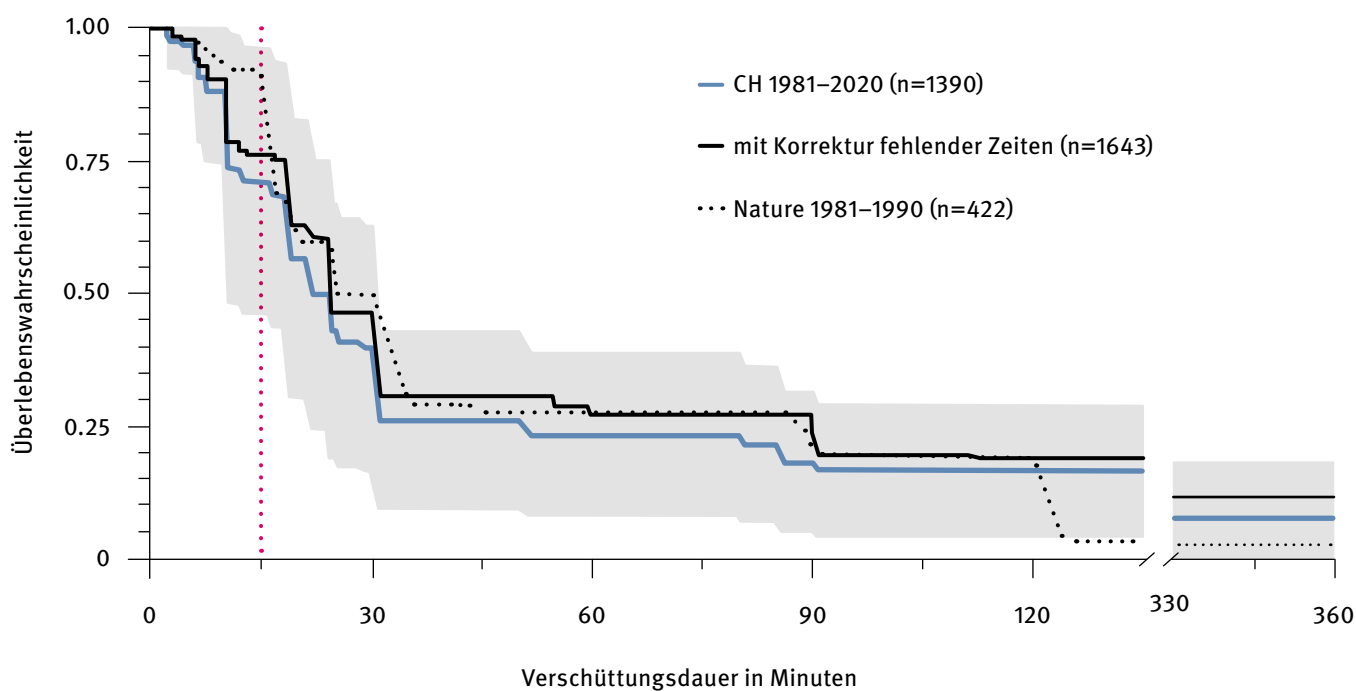
Kameradenrettung bleibt entscheidend

Die wichtigste Erkenntnis der Studie ist jedoch eindeutig: Es gilt eine Verschüttung zu vermeiden – und sollte es doch dazu kommen, dann bleibt die Rolle der Kameradenrettung weiterhin von größter Bedeutung. Die ersten Minuten nach einer Lawine sind entscheidend: Eine schnelle Kameradenrettung kann den Unterschied zwischen Leben und Tod ausmachen. Laut der Studie ist die Überlebenswahrscheinlichkeit bei Bergung durch Kameraden dreimal so hoch wie bei einer späteren Bergung durch organisierte Rettungsteams.

Für alle Wintersportler bedeutet dies, dass sie bei einer Lawine sofort handeln müssen. Wer einen Lawinenverschütteten selbst retten kann, hat weitaus bessere Chancen, diesen lebend zu bergen, als wenn er auf die Ankunft der Rettungskräfte warten muss. Es ist daher unerlässlich, dass Wintersportler stets die notwendigen Fähigkeiten zur Kameradenrettung beherrschen und mit der richtigen Ausrüstung ausgestattet sind.



Abb. 3 Überlebenswahrscheinlichkeit bei kritischer Lawinenverschüttung (Kopf und Oberkörper verschüttet) in Abhängigkeit von der Verschüttungsdauer in Minuten. Die blaue und die schwarze (mit korrigierten fehlenden Zeiten) Linie stellen die neue Überlebenskurve dar (Daten von 1981 bis 2020). Das graue Band zeigt das 95%-Konfidenzintervall. Die schwarz gestrichelte Linie zeigt die erste Überlebenskurve (Daten von 1981–1991). Die rot gepunktete Linie markiert einen Referenzwert bei 15 Minuten.



Prävention und Schulung: der Schlüssel zum Erfolg

Neben der Bedeutung der schnellen Rettung ist auch die präventive Arbeit entscheidend. Diese umfasst sowohl die Informationen der Lawinenwarnsysteme als auch die Ausbildung und Schulung von Tourenggehern und Rettungskräften inklusive Training in Lawinenrettung und Erster Hilfe als unverzichtbarer Teil der Vorbereitung auf den Wintersport.

Heute führen fast alle Tourengänger Lawinenverschütteten-suchgeräte mit, die das Auffinden von Verschütteten erheblich erleichtern. Die Weiterentwicklung dieser Geräte hat dazu beigetragen, dass die Zahl der Toten bei kritischer Lawinenverschüttung im Vergleich zu früheren Jahren stark gesenkt werden konnte. Interessanterweise fällt die Zunahme der Überlebensrate hauptsächlich in die Dekade zwischen 1990 und 2000 (s. Abbildung 2), also in die Zeit, in der die Alarmierung durch Mobiltelefone beschleunigt und effizientere Lawinenverschütteten-suchgeräte entwickelt wurden.

Seitdem ist die Überlebensrate konstant geblieben, was darauf hinweist, dass es seitdem nicht mehr gelungen ist, die Dauer einer kritischen Lawinenverschüttung weiter zu verringern. Inzwischen wurden zusätzliche Rettungsgeräte entwickelt, welche das Überleben während einer kritischen Verschüttung verlängern können (z. B. AvaLung, Airsafe, Safeback). Es bleibt abzuwarten, ob und in welchem Ausmaß sich diese Ausrüstungen in Zukunft auf das Überleben auswirken. Auftriebssysteme wie der Lawinen-Airbag wurden in dieser Studie nicht untersucht, haben aber die Zahl der kritischen Verschüttungen deutlich verringert, wie andere Studien bereits gezeigt haben.

Markus Falk, Biostatistiker und Data Scientist, lebt in Bruneck und Wien, betreut hauptsächlich internationale Konzerne und unterstützt das Institut für Alpine Notfallmedizin in statistischen Belangen. Eines der Schwerpunktthemen ist hierbei das Schätzen von Überlebensfunktionen bei doppelt zensierten Daten.



Bergsport und Gesundheit #11

Diese in jeder zweiten Ausgabe erscheinende Serie (im Wechsel mit der Serie „Bergrettung“) organisieren und betreuen Dr. Nicole Slupetzky (Vizepräsidentin des ÖAV und Präsidentin des Clubs Arc Alpin) und Prof. Dr. Marc Moritz Berger (Ärztlicher Direktor der Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin, Notfallmedizin und Schmerztherapie in Ludwigsburg; Präsidiumsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Alpin- und Höhenmedizin). Der Experte für Prävention und Therapie der akuten Höhenkrankheiten und für alpine Notfallmedizin ist Mitinitiator des Symposiums für Alpin- und Höhenmedizin Salzburg, das gemeinsam mit dem Österreichischen Alpenverein organisiert wird.

Originalstudie

Rauch S., Brugger H., Falk M., et al. Avalanche Survival Rates in Switzerland, 1981-2020. JAMA Netw Open. 2024;7(9):e2435253. doi:10.1001/jamanetworkopen.2024.35253

Fazit: der Kampf gegen den Schnee bleibt hart

Insgesamt zeigt die Studie eine positive Entwicklung bei der Rettung von Lawinenverschütteten. Die Überlebensrate bei kritischer Verschüttung hat sich erhöht, die Verschüttungsdauer ist gesenkt worden und es gibt Fortschritte in der Langzeitüberlebensrate. Dennoch bleibt die Lawinenverschüttung ein lebensbedrohliches Risiko, das immer noch extrem hohe Anforderungen an die schnelle und kompetente Reaktion der Beteiligten stellt. Die Rolle der modernen Rettungstechnik, gut ausgebildeter Rettungskräfte und vor allem der Kameradenrettung wird daher auch in den kommenden Jahren von herausragender Bedeutung sein. Die wichtigste Erkenntnis lautet: Jeder Wintersportler sollte sich bewusst sein, dass es entscheidend sein kann, sich für die Lawinensicherheit zu schulen, die richtige Ausrüstung zu tragen und vor allem zu wissen, dass in den ersten Minuten nach einer Lawine jede Sekunde zählt. Die Kameradenrettung bleibt der Schlüssel zum Überleben.

Weitere Autoren

Benjamin Zweifel ist Lawinenprognostiker am SLF Davos und Experte für Lawinenunfälle. Gleichzeitig ist er begeisterter Freerider und Tourenfahrer.

Giacomo Strapazon, Arzt und Forscher sowie Leiter des Instituts für alpine Notfallmedizin bei Eurac Research in Bozen, Italien. Er ist Präsident der Società Italiana di Medicina di Montagna (SIMeM) und arbeitet im Corpo Nazionale del Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS). Zudem ist er delegierter Teilnehmer der International Commission for Alpine Rescue. In seiner Freizeit fährt er leidenschaftlich gerne Freeride und Tourenski.

Roland Albrecht ist Anästhesist, Intensiv- und Notfallmediziner. Er ist sowohl bei der schweizerischen Rettungsflugwacht Rega als auch bei der alpinen Rettung Schweiz der Ärztliche Leiter und arbeitet am Kantonsspital St. Gallen. Zusätzlich ist er Wissenschaftler an der Uni Bern.

Urs Pietsch ist Anästhesist, Intensiv- und Notfallmediziner am Kantonsspital St. Gallen, Schweiz, Wissenschaftler an der Uni Bern sowie bei der schweizerischen Rettungsflugwacht Rega. Er ist als aktiver Notarzt bei der Air Zermatt bei zahlreichen Lawieneinsätzen involviert gewesen. ■

„Wir Tiroler lieben unsere deutschen Gäste“

ASI Guides aus Deutschland lieben auch Tiroler Gäste. Und die von irgendwo.

Werde Teil unseres weltoffenen Guideteams und übernimm Aufträge als Bergführer:in (bis € 450) oder Wanderführer:in (bis € 225).

Jetzt bewerben:
jobs@asi.at



ASI Reisen

asi.at/karriere

Hilf dir selbst, sonst ...

Nicht immer und überall kann ein Hubschrauber die Rettung übernehmen und genauso wenig ist die terrestrische Bergrettung sofort zur Stelle, wenn kein Flugwetter herrscht. Dann bleibt nur die Kameradenrettung. Ein Überblick über die Module der behelfsmäßigen Bergrettung in der deutschen Bergführerausbildung.

Von Martin Schmidt

Die behelfsmäßige Bergrettung ist – neben dem rückwärtigen Absichern von Quergängen – eines der seiltechnisch komplexesten und damit auch riskantesten Themen beim Bergsteigen. Im Gegensatz zur Spaltenrettung kommt das Thema in den Kursen der Alpenschulen und Alpenvereine nur kurz vor und wird allenfalls auf freiwilliger Basis in Fortbildungen angeboten. Trotzdem empfehlen wir jedem engagierten Alpinisten, sich intensiv mit dem Thema zu beschäftigen, nicht um eine Rettung durch die professionelle Bergrettung zu vermeiden, sondern um weiterzukommen, wenn mit professioneller Hilfe z. B. aufgrund des Wetters nur sehr verzögert zu rechnen ist.

Allen Anwendern empfehlen wir intensives Trockentraining, am besten unter professioneller Anleitung. Des Weiteren bleibt der Charakter der Behelfsmäßigkeit dieser Techniken hervorzuheben. Bei einigen dieser Techniken geht man erhöhte Risiken ein, die im Ernstfall gegen den Nutzen abzuwägen sind. Zum Training empfehlen wir, die Techniken erst einmal in Bodennähe und an soliden Fixpunkten (Bohrhaken) intensiv zu üben.

Insgesamt geht die behelfsmäßige Bergrettung natürlich eng mit einer Erstversorgung des Patienten einher. Auf den Lehrgängen der Bergführerausbildung wird deshalb beides integriert gelehrt und angewendet. Da die Erste Hilfe gut veröffentlicht ist (siehe Artikel in bergundsteigen), verzichten wir in diesem Artikel auf dieselbe. Wir gehen davon aus, dass die Patienten in unseren Beispielen nach dem CrABCDE-Schema untersucht, Wunden behandelt und Extremitäten gesichert und fixiert wurden. Die Patienten sind zwar nicht in der Lage, selbst zu handeln, aber ansonsten transportfähig.

Im Nachfolgenden stellen wir einige Szenarien aus der Bergrettungsausbildung des VDBS und deren Lösungsmöglichkeiten vor. Alle Szenarien erfordern komplexe Problemlösungsfähigkeiten und das durchdachte und vorausschauende Aneinanderreihen unterschiedlicher seiltechnischer Werkzeuge (Module).

Der Einfachheit halber bezeichnen wir die rettende Person mit RP und die verletzte Person mit VP.



Nachsteigersturz im Quergang

Ein Szenario, das es für unsere Aspirant:innen zu lösen gilt, ist z. B. das folgende: Dein Nachsteiger ist vor/in einem Quergang gestürzt, hat sich verletzt und ist nicht mehr handlungsfähig. Ein einfaches Ablassen nach unten ist nicht möglich und der Quergang mitsamt der eingehängten Zwischensicherungen (Quergänge sichern wir, wenn möglich, immer betont gut ab) verhindert ein direktes Anheben der VP mittels Körperhub vom Stand aus. Die Expressschlingen im Quergang sind größtenteils durch das Gewicht der VP belastet, ein einfaches Aushängen ist also nicht möglich.



Lösen der Zwischensicherungen

Die RP wird zuerst die Sicherung der VP lösbar blockieren (Abb. 1 Modul Schleifknoten auf den HMS bzw. Plate mit Knoten absichern). Nun muss als nächstes zur VP abgestiegen/gequert werden. Das funktioniert am besten mit der behelfsmäßigen Bergrettungs-Selbstsicherungsschlinge. Eine 120er-Bandschlinge wird doppelt genommen und doppelt mit Ankerstich im Sicherungsring des Gurts befestigt. Ein Arm sollte dabei ca. 15–20 Zentimeter länger sein als der andere. Nun wird in jedem Arm jeweils ein Schraubkarabiner/Verschlusskarabiner mittels Mastwurf oder Ankerstich fixiert. Den Karabiner des längeren Armes hängt die RP in einen vernähten, hochfesten Kurzprusik (Dyneema oder Kevlar), der zuvor dreifach gewickelt um das belastete Seil zur VP geknüpft wurde. Der zweite, kürzere Arm wird im gespannten Seil eingehängt (Abb. 2). Mit diesem behelfsmäßigen „Klettersteigset“ steigen wir nun am gespannten Seil zur VP ab oder queren zu ihr über. Den Prusik kann man dabei mit etwas Übung durch die Karabiner der Express-Schlingen klinken, ohne diese auszuhängen (Abb. 3).

Bei der VP angekommen, wird diese versorgt. Danach steigt man wieder bis zur ersten Zwischensicherung auf. Nun muss die Express-Schlinge unter Last ausgehängt werden. Dazu nimmt man eine 5–6 Meter lange Reepschnur und knotet ein Ende mittels Prusik im Einzelstrang um das Seil. Das freie, lange Ende der Reepschnur wird nun durch den Haken der belasteten Express gefädelt, um das Seil gewickelt und erneut durch den Haken der Express-Schlinge geführt. Anschließend wird die Reepschnur möglichst kurz mittels HMS und Schleifknoten am Sicherungsring der RP fixiert. Die RP belastet nun die Reepschnur mit vollem Körpergewicht (behelfsmäßige Rettungs-Selbstsicherung dementsprechend positionieren). Durch diese Form des Körperhubs wird das Seil zum Haken der Zwischensicherung gezogen. Gegebenenfalls muss sich die RP zum Körpergewicht noch aktiv von der Wand wegdrücken. Die gespannte Express wird so entlastet und lässt sich aushängen. Dann wird der Schleifknoten der langen Reepschnur gelöst, das Seil in den HMS hineinlaufen gelassen und die RP und damit auch die VP pendeln langsam in Falllinie unter die nächste Zwischensicherung (Abb. 4). Die RP steigt dann am gespannten Seil zur nächsten Express nach oben und wiederholt den Vorgang, bis alle Zwischensicherungen ausgehängt sind und die RP wieder am Stand angekommen ist. Das Seil zur VP läuft nun senkrecht und frei nach unten.

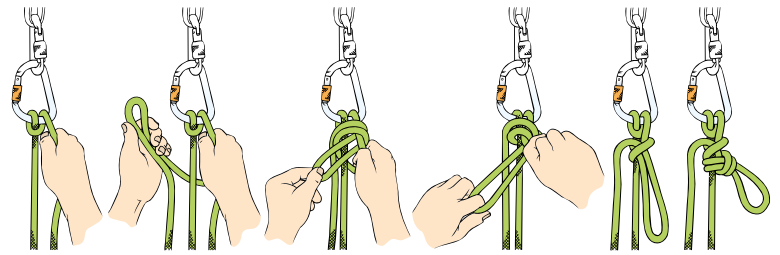


Abb. 1 Modul Schleifknoten: So lässt sich alles (Tube, HMS, Karabinerknick usw.) blockieren und auch unter Last wieder lösen. In fast allen Situationen der erste Handgriff.

Abb. 2 Modul behelfsmäßige Rettungs-Selbstsicherung: Zum Fortbewegen an gespannten Seilen und damit zum gesicherten Auf- oder Abstieg zum Patienten die erste Wahl.

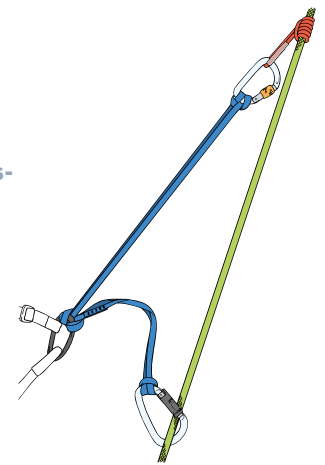


Abb. 3 Modul Durchklicken des Prusiks: Das Durchklicken ist einfach, evtl. muss der Prusik dann unter kurzem Ruck durch den Karabiner gerissen werden.

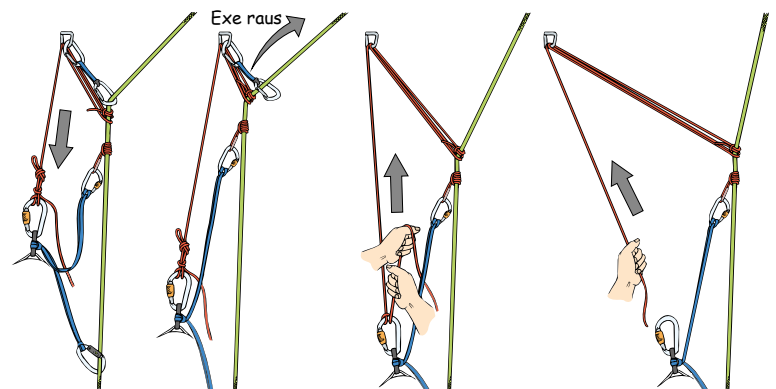
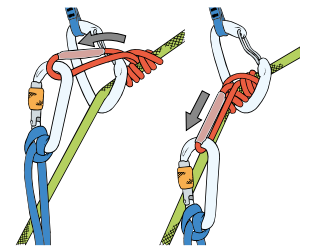


Abb. 4 Modul Expressschlinge unter Last aushängen.

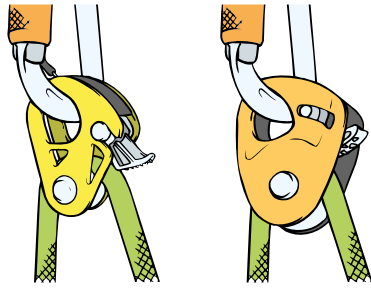


Abb. 5 Modul Umlenkrolle mit Rücklaufsperr: So wichtig für die Bergrettung wie das GPS für die Orientierung! Micro-, Nanotrax oder Spoc sind hier die Geräte der Wahl!

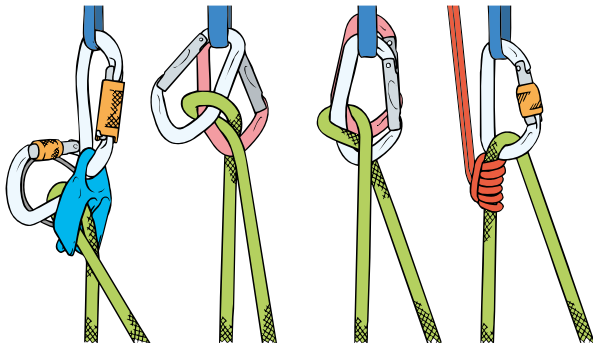


Abb. 6 Verschiedene alternative Rücklaufsperrn, v. l. n. r.: Platte im Guide-Modus, Luttensee- oder Stufleser-Klemme, Gardaklemme, Kurzprusik plus Karabiner.

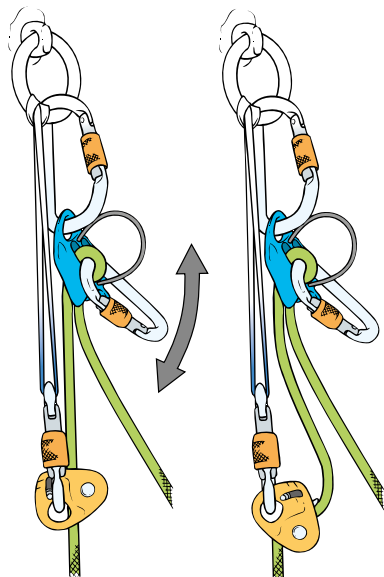


Abb. 7 Durch Pumpen am HMS, also durch längeres Bewegen des Karabiners nach oben und unten, entsteht Schlappseil und die Last wird auf die Microtraxion übertragen.



Anheben nach oben mittels Körperhub

Nachdem die Sicherung der VP schon lösbar fixiert wurde, wird nun direkt die Umlenkung mit Rücklaufsperr eingerichtet. Ideal ist hier die Microtrax (alternativ Nanotrax oder Spoc), die unter der Sicherung der VP eingehängt werden kann (Abb. 5, Abb. 6).

Danach kann die Last auf die Microtrax übertragen und die Halbmastwurfsicherung abgebaut werden. Hängt die VP in der Platte, wird die Last auf die Microtrax übertragen, indem am Blockier-Karabiner „gepumpt“ wird (Abb. 7) In jedem Fall hängt die VP anschließend in der Microtrax.

Nun baut sich die RP am unbelasteten Seil eine weitere Rücklaufsperr mittels der Sicherungsplatte im Guide-Modus und klinkt die Platte in ihren Gurt (Abb. 8). Abschließend wird die Selbstsicherung verlängert (nicht ausgehängt! Das System funktioniert wie ein Aufzug: ist die RP einmal unter der VP, kann der Vorgang nicht mehr gebremst werden und das System stoppt erst, wenn der Knoten der VP in die Umlenkung der Rücklaufsperr gezogen wird).

Danach kann mit dem Hochziehen der VP begonnen werden, indem sich die RP in das Zugseil hängt und mit dem eigenen Körpergewicht und gleichzeitigem Zug am Lastseil die VP hochzieht. Ist die verlängerte Selbstsicherung gespannt, zieht sich die RP an ihrer Rücklaufsperr (Platte) wieder hoch zum Stand und es beginnt ein erneuter Hubvorgang.

Die optimale Arbeitslänge wird anhand der Gegebenheiten am Standplatz über die Länge der Selbstsicherung eingestellt. In sehr exponiertem, steilem Gelände wird mit kurzen Hüben gearbeitet. Ist das Gelände am Stand eher flacher und kann sich die RP leicht selber hochziehen, kann die Selbstsicherung auch mehrere Meter lang eingestellt werden (Abb. 9).

Kurz vor dem Ziel ist dann nochmal Vorsicht angebracht: Leicht landet die VP mit ihrem Anseilknoten in der Microtrax, hier also besonders vorsichtig sein und rechtzeitig eine lösbar Aufhängung für die verletzte Person einrichten. Dies geschieht am besten mittels Reepschnur und Schleifknoten oder dem Geflecht. Die Rücklaufsperr der Microtrax unter Last lösen und die VP in die lösbar Aufhängung übergeben (Abb. 10).

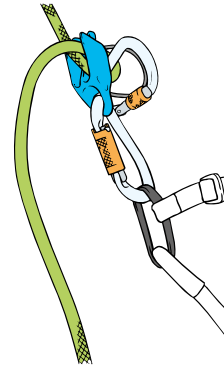


Abb. 8 Modul Plate im Guide-Modus zum Selbstflaschenzug: ist total simpel, muss nur verkehrt herum aufgebaut werden.

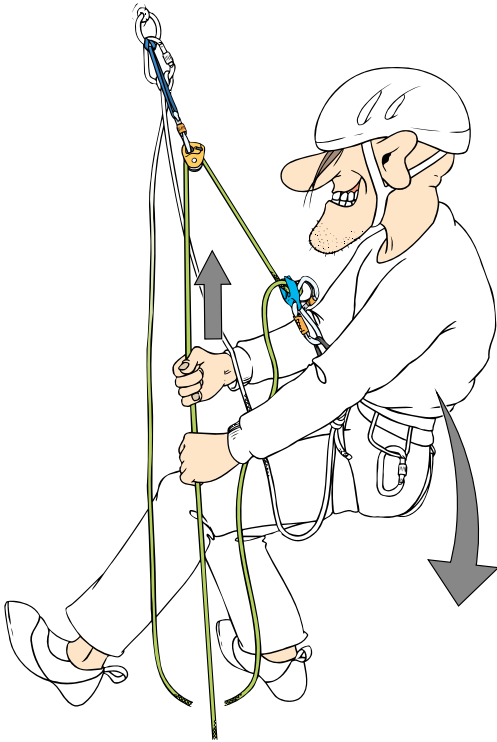


Abb. 9 Modul Körperhub: Zum Hochziehen einer Last empfiehlt es sich, statt komplizierter Flaschenzüge lieber das eigene Körpergewicht arbeiten zu lassen. Funktioniert auch, um eine Last kurzzeitig anzuheben, um z. B. die verletzte Person auszubinden.

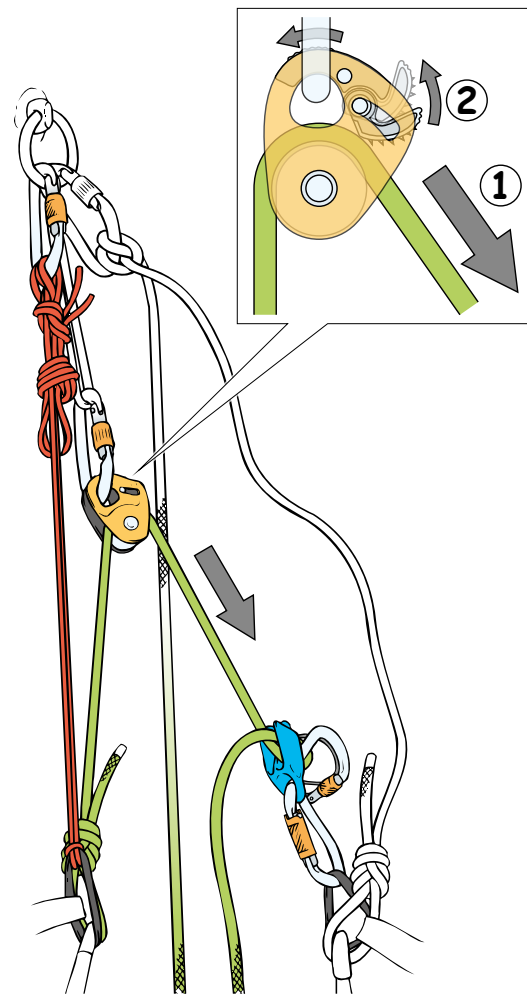


Abb. 10 Modul Lösen der Rücklaufsperr (Rollenklemme): Aufbau einer möglichst straffen Selbstsicherung für VP, dann dosiert über Körperhub anziehen (wenige Zentimeter), um dabei gleichzeitig den Klemmnocken der Rollenklammer zu öffnen, um die Last dann in die vorbereitete (!!) Selbstsicherung abzusetzen.

Kurzanleitung Körperhub

1. VP lösbar fixieren
2. Microtrax am Lastseil einlegen und möglichst kurz unter Sicherung aufhängen
3. Last auf Microtrax übertragen (Schleifknoten lösen/Platte pumpen, Sicherung abbauen)
4. Plate im Guide-Modus im freien Seil und am Körper einhängen
5. Selbstsicherung verlängern und mit dem Hochziehen beginnen. Am Lastseil mitziehen!

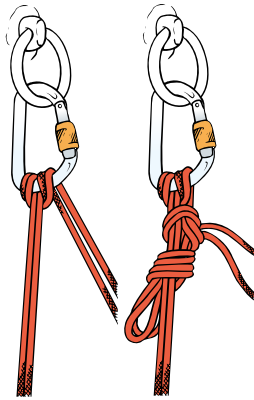


Abb. 11 Modul Lösbarer Aufhängung (Schleifknoten an Reepschnur oder Geflecht): Hiermit kann man die VP unter Belastung lösbar aufhängen. Das ist wichtig, sonst muss man bei handlungsunfähigen Personen immer wieder was abschneiden oder sonst wie hochwuchten.



Bergführerserie. Seit Herbst 2022 sind die Bergführerverbände der Schweiz, von Österreich, Deutschland und Südtirol als Redaktionsbeiräte mit an Bord. Daher erscheint seither in jeder Ausgabe ein Beitrag dieser Verbände. Die Serie soll informieren und zugleich einen konstruktiven Austausch anregen und dadurch indirekt die Bergführerausbildung weiterentwickeln.

Kurzanleitung 1-Personen-Rettungsmethode

1. Das Abseilen und die Rettungsspinne vorbereiten
2. Rettungsspinne belasten, Prusik greifen lassen
3. VP aus der lösbarer Aufhängung in die Rettungsspinne lassen
4. Abseilen bis zum nächsten Standplatz
5. VP mit lösbarer Aufhängung am Stand fixieren
6. Selbstsichern, Rettungsspinne abbauen, Seil abziehen
7. wieder wie bei Punkt 1.



Gemeinsames Abseilen

Entscheidet sich die VP nun für die weitere Rettung nach unten, wird alles für das gemeinsame Abseilen mittels 1-Personen-Rettungsmethode vorbereitet. Die VP wird mittels lösbarer Aufhängung (Abb. 11: Schleifknoten an Reepschnur) in die Rettungsspinne gelassen, welche wiederum schon an einem zum Abseilen vorbereiteten Seil eingehängt ist (Abb. 12). Die RP nimmt dazu die VP auf den Rücken und seilt mit dieser ab (Abb. 13). Um ein Verrutschen der Last zu verhindern kann die VP zusätzlich mit Expressschlingen seitlich fixiert werden. Eine Selbstsicherung mittels Kurzprusik oder eine sonstige Totmannsicherung ist für die RP verpflichtend. Je steiler die Abseillänge desto besser funktioniert die Technik. Im flachen Gelände hilft nur rohe Kraft. Am nächsten Stand angekommen wird die VP mit der lösbarer Aufhängung möglichst hoch fixiert. Hierbei kann die HMS auch direkt durch einen Haken gefädelt werden, wenn man einen Karabiner sparen möchte (Abb. 14). Nach der Fixierung kann die RP die Rettungsspinne sowie das Abseilgerät aushängen, das Seil abziehen und für die nächste Länge vorbereiten.

Ist die Rettungsspinne wieder korrekt eingehängt, wird die VP mittels lösbarer Aufhängung in die Spinne umgelastet und die nächste Abseilfahrt kann beginnen. Besondere Vorsicht bitte am Boden walten lassen. Am besten wird die VP mit erhöhtem Oberkörper in eine sitzende Position auf den Boden gebracht, dafür dreht sich die RP kurz vor dem Boden von der Wand weg und lässt so lange nach, bis beide auf dem Boden sitzen.

Am Wandfuß angelangt kann die VP nun entweder weitertransportiert oder auf einem Rucksackbett unter bestmöglichem Wärmeerhalt und bester Betreuung bis zum Eintreffen der professionellen Bergrettung gelagert werden.

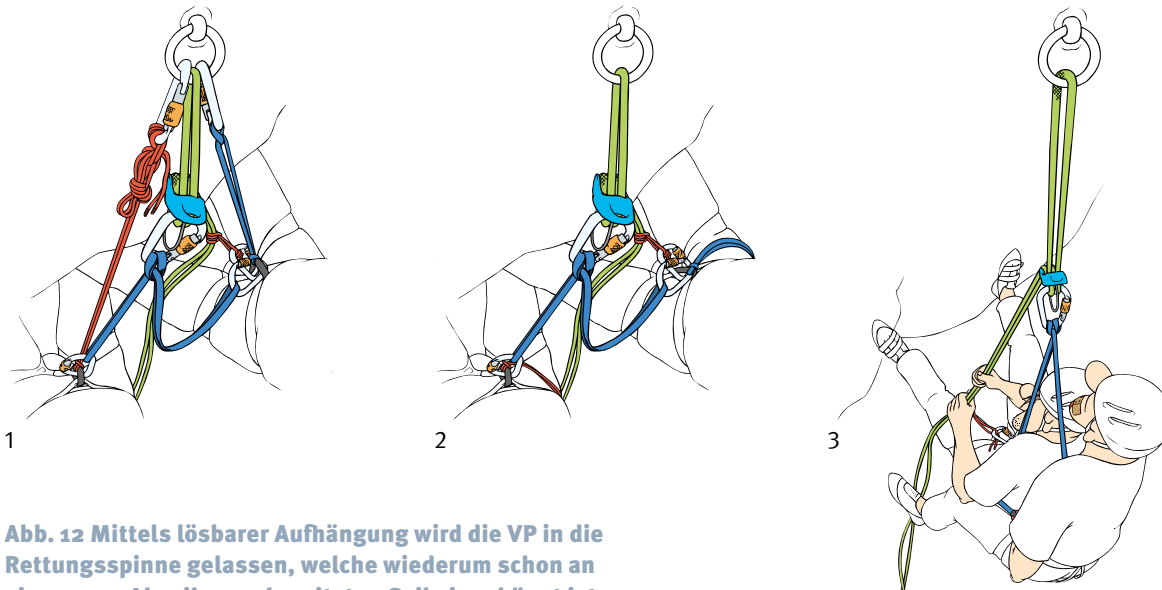


Abb. 12 Mittels lösbarer Aufhängung wird die VP in die Rettungsspinne gelassen, welche wiederum schon an einem zum Abseilen vorbereiteten Seil eingehängt ist.

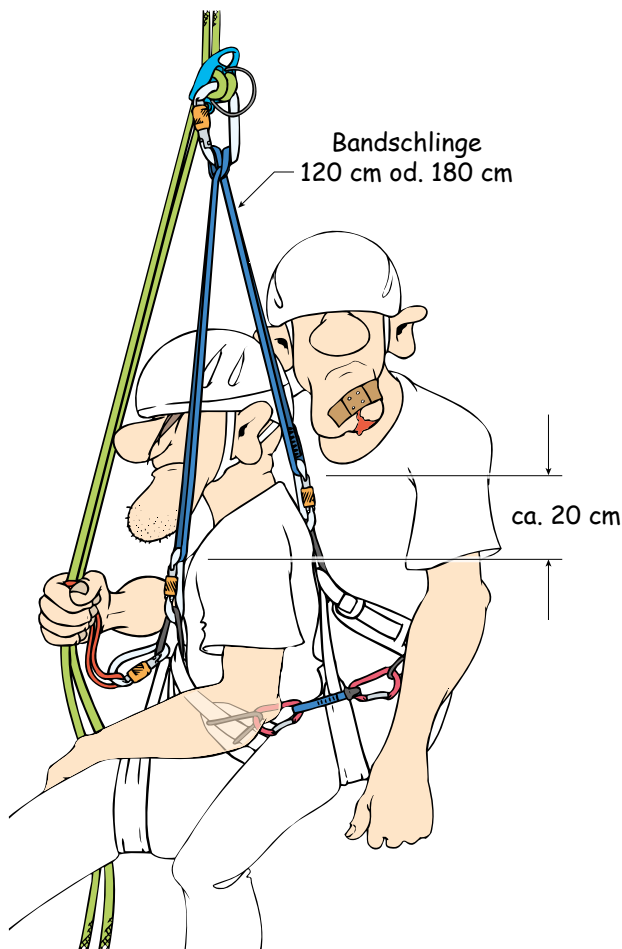


Abb. 13 Modul Rettungsspinne: 120er-Schlinge halbieren, dann 10 cm neben der Mitte (70 cm/50 cm) mit Mastwurf in einem Verschlusskarabiner fixieren. Kurzes Ende für die VP, längeres Ende für die RP. In jedes Ende wird dazu ein Verschlusskarabiner zur Aufhängung des Retters und des Verunfallten gehängt. Am zentralen Karabiner nahe der Mitte wird das Abseilgerät befestigt.

Gute Möglichkeit, die schwere Patientenlast von der Wand fernzuhalten. Patient kann mit Expressschlingen links und rechts in die Materialschlaufen eingehängt gegen Verdrehen gesichert werden. Stellt im flachen Gelände ziemlich hohe Anforderungen an die Körperkraft der RP. Funktioniert besser im steilen und noch besser im überhängenden Gelände.

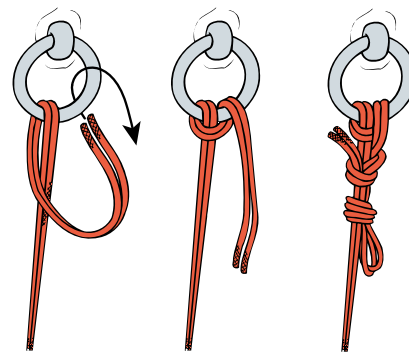


Abb. 14 HMS direkt in den Haken gefädelt.

ISSW 2024

„Was machen Lawinenwarnende und Schneeforschende eigentlich im Sommer?“ – „Eis essen“ ist eine der beliebten Antworten von Christoph Mitterer (Lawinenwarndienst Tirol). Doch es ist nicht nur das: Forschung und Austausch finden im Sommer statt, zum Beispiel beim International Snow Science Workshop (ISSW) 2024 in Tromsø. Dort, wo Theorie und Praxis verschmelzen. Ein Einblick.

Von Marie Schroeder, Andrea Bruckmeier
und Jan-Thomas Fischer

Blick auf den Konferenzort Tromsø im arktischen Sommer. Foto: Andrea Bruckmeier



Kann Machine Learning einen Menschen in der Lawinewarnung ersetzen? Wie kann man Gleitschnee besser vorhersagen? Welchen Einfluss hat der Klimawandel auf Lawinen? Wie treffen Menschen gute Entscheidungen am Einzelhang? All diese Fragen stellen sich nicht nur Praktiker:innen, sondern auch Forschende. Die Plattform des ISSW ermöglicht einen intensiven Austausch zwischen Theorie und Praxis. Die beiden Wissenschaftlerinnen Marie Schroeder und Andrea Bruckmeier berichten als die diesjährigen Gewinner des Young-Snow-Professionals Awards (YSP) der Österreichischen Gesellschaft für Schnee und Lawinen (ÖGSL) über ihre Eindrücke.



ISSW 2024

Der International Snow Science Workshop (ISSW) ist die weltweit größte Konferenz zum Thema Schnee und Lawinen. Sie findet jedes zweite Jahr statt: einmal in Kanada, dann in den USA und anschließend in Europa, zuletzt 2018 in Innsbruck. Dieses Jahr wurde der ISSW in Tromsø abgehalten, im Norden Norwegens. Es kommen Forschende, aber auch Praktiker:innen aus dem Bereich Schnee und Lawinen zusammen, um sich über den aktuellen Stand der Wissenschaft auszutauschen, Projekte voranzutreiben und interessante vergangene Ereignisse aufzuarbeiten und gemeinsam zu lernen. Vor und nach der Konferenz werden spannende Workshops angeboten, um die internationale Zusammenarbeit zu vereinfachen und gleichzeitig die Möglichkeit zur individuellen Weiterbildung anzubieten. Es werden neue Entwicklungen bei Lawinensimulationsmodellen vorgestellt, aber auch Arbeitsgruppen für zukünftige Projekte gegründet.

Wyssen Norway CEO Stian Langeland ist ein Beispiel dafür, wie der ISSW Chancen eröffnen kann. Für viele in der Schnee- und Lawinenbranche beginnt der Weg mit der Begeisterung für das Draußensein, das Skifahren und den Schnee – so auch für Stian. „Meine Karriere startete bei dem ISSW 2012 in Alaska“, erzählt er. „Bei einem Skiführerkurs sagte mir der Bergführer, ich müsse an dieser Konferenz teilnehmen. Also nahm ich mein Ersparnis und flog hin. Dort lernte ich einige meiner jetzigen Kolleginnen und Kollegen kennen – und so nahm alles seinen Lauf.“ Themen gibt es auch viele zu besprechen. Dieses Jahr in Tromsø gab es 14 Themenschwerpunkte mit insgesamt 258 Proceeding Papers, welche Vorträge als auch Poster inkludierten. Der Sammelband umfasst insgesamt knapp 2000 Seiten und ist öffentlich zugänglich über die Montana State University Library (<https://arc.lib.montana.edu/snow-science/workshops.php>). Jede einzelne Session brachte viel Wissen und spannende Erkenntnisse. Insgesamt wurde die Anzahl der Teilnehmenden auf ca. 800 vor Ort Anwesende geschätzt und ca. 1000 Personen haben die Konferenz online mitverfolgt.



Andrea Bruckmeier bei ihrem Vortrag über Nassschneelawinen beim ISSW in Tromsø. Foto: Paul Dobesberger

Andrea Bruckmeier ist PhD-Studentin an der Montana State University (USA) und präsentierte auf dem ISSW 2024 ihre Forschung zum Thema „Assessing critical wet-snow avalanche situations with spatially distributed snow cover simulations“.

ÖGSL und bergundsteigen

Die Österreichische Gesellschaft für Schnee und Lawinen (ÖGSL) ist ein unabhängiger, gemeinnütziger Verein, der die Vernetzung und Förderung von Forschung, Lehre und Praxis im Bereich Schnee und Lawinen in Österreich vorantreibt. Die ÖGSL steht für interdisziplinären Wissensaustausch und engagiert sich für die Ausbildung und Entwicklung in diesem Bereich. Dabei legt die Gesellschaft großen Wert auf die Verbindung von Theorie und Praxis und stärkt das Vertrauen der österreichischen Öffentlichkeit in die Lawinenforschung und ihre Anwendung.

Ein besonderes Förderprogramm der ÖGSL ist das „Charly-Sam Young Snow Professional (YSP) Programm“, das junge Wissenschaftler:innen und Praktiker:innen bis 30 Jahre unterstützt, die einen Beitrag zu nationalen oder internationalen Konferenzen zu Schnee und Lawinen einreichen möchten. Die Auszeichnung bietet finanzielle Unterstützung für Teilnahme-, Reise- und Unterkunftskosten und zielt darauf ab, den Nachwuchs in der Lawinen-Community aktiv zu fördern. Der YSP Award ist benannt nach Charly Kleemayr und Sam Wyssen, ÖGSL Unterstützer der ersten Stunde. Sam Wyssen, dessen Unternehmen Wyssen Avalanche Control 2024 als Hauptsponsor der ISSW auftrat, hat mit seinem Engagement die Leidenschaft für Innovation und Austausch im Schnee- und Lawinenbereich maßgeblich geprägt.

bergundsteigen ist seit der Gründung der ÖGSL das Partnermagazin. Einmal im Jahr berichten deshalb die YSP-Preisträger:innen hier über die neuesten Entwicklungen im Bereich Schnee- und Lawinenkunde.

Weitere Informationen sind unter www.oegsl.at zu finden.



Wo Forschung und Praxis zusammenwirken

Eine der besonderen Stärken des ISSW ist die enge Zusammenarbeit zwischen Wissenschaft und Praxis. Diese Verbindung führt zu innovativen Lösungen, die ohne den direkten Austausch zwischen beiden Bereichen nicht möglich wären. Für jemanden wie Serafin Siegele hat der ISSW daher eine besondere Bedeutung. Mit 33 Jahren Erfahrung als Pistenchef im Skigebiet Ischgl bringt er ein umfassendes Wissen aus der Praxis mit und teilt in seiner Präsentation auf der ISSW einige seiner wichtigsten Erkenntnisse und Erlebnisse. Er hat zahlreiche Veränderungen im Skigebiet miterlebt, angefangen vom Ausbau der Lifte bis hin zur Installation von 450 Lawinensprenganlagen und dem wachsenden Druck, Pisten auch bei hoher Lawinengefahr sicher offen zu halten.

Serafin betont die Bedeutung der Zusammenarbeit zwischen Industrie und Wissenschaft. Seit über 25 Jahren kommen Studierende zu ihm, um die praktische Arbeit mit Lawinen besser zu verstehen. Diese Zusammenarbeit ist entscheidend, damit zukünftige Entscheidungsträger in den Behörden die praktischen Herausforderungen vor Ort verstehen. „Die Perspektive im Büro ist oft eine andere als die Realität draußen“, erklärt Serafin. Daher schätzt er die Begegnung von Praxis und Wissenschaft auf der ISSW sehr, da sie zu einer verbesserten Wissenschaft und Anwendung im Feld führt. Eine der großen Herausforderungen der kommenden Jahre sieht er in den immer häufiger auftretenden Gleitschneelawinen, die mit herkömmlichen Methoden nicht in den Griff zu bekommen sind. Er hofft, dass dort die Wissenschaft in den nächsten Jahren neue Erkenntnisse gewinnt.



Lawinenwarnung

Eines der zentralen Themen ist und bleibt die Lawinenwarnung. An zwei Tagen wurde diesem Schwerpunkt eine Session gewidmet und viel diskutiert. In Gebieten mit einem schlechten Wetterstationsnetz (anders als in den Alpen) ist eine flächendeckende Information oft die große Herausforderung. Es wird nach Methoden gesucht, um diese Datenlücken zu schließen. SNOWPACK – das 1D-Schneedeckenmodell, welches die Stratigraphie der Schneedecke simuliert – spielt dabei eine immer größere Rolle, ebenso wie Remote Sensing.¹ Letzteres ist eine Technologie, welche Informationen von Satelliten bereitstellt und ebenso zur Detektion von Lawinen herangezogen werden kann. In Norwegen wird beispielsweise an einem Warnsystem mit Hilfe von Sentinel-1 Daten gearbeitet.² Neben SNOWPACK gibt es weitere Schneemodelle, die für ihre Anwendung in der Lawinenwarnung getestet werden. Ein Beispiel dafür stellte Andrea Bruckmeier in ihrer Präsentation vor. Sie zeigte eine Möglichkeit zur Identifizierung von Bereichen für ein potenzielles



Marie Schroeder, die eigentlich ihr PhD-Studium in Glaziologie absolviert, hat den Young Snow Professional Award 2024 für ihre Forschung an der Universität Innsbruck mit Schneesensoren erhalten. Diese Arbeit präsentierte sie auf dem ISSW.

Nassschneeproblem auf.³ Nicht nur Modelle und Satelliten versuchen Lawinen und deren Probleme zu erkennen, die Künstliche Intelligenz (KI) hat natürlich auch in der Lawinewarnung ihre Anwendung gefunden. In der Schweiz wurde beispielsweise eine auf KI basierende Lawinewarnung getestet. Die Ergebnisse sind vielversprechend und sollen auch in der kommenden Saison weiter ausgebaut werden.⁴ Ein spannendes Beispiel der transnationalen Zusammenarbeit stammt aus Österreich: Das Projekt CAIROS zielt auf eine Verbesserung der Lawinensicherheit im besiedelten Raum ab. Dabei ist die Hauptaufgabe die Vereinheitlichung der Arbeitsmethoden und der Ausbildung der Lawinenkommissionen an der österreichisch-italienischen Grenze.⁵



Klimawandel

Die Veränderungen unseres Klimas und deren Folgen können nicht mehr ignoriert werden. Wir spüren und beobachten die Veränderungen. Doch was erwartet uns in der Zukunft? Wie wirkt sich eine Temperaturerhöhung auf die Schneeverteilung aus? Werden wir mehr oder weniger Lawinenaktivität sehen? Werden wir mehr Extremereignisse sehen? Können wir überhaupt noch Ski fahren? Der Klimawandel wirft mehr Fragen auf, als wir bisher Antworten geben können. Forschende aus der Schweiz und den USA haben festgestellt, dass mit großer Wahrscheinlichkeit mehr Nassschneelawinen generell und bereits früher in der Saison zu beobachten sein werden – meist im Zusammenhang mit Regenauf-Schnee-Ereignissen. Diese Nassschnee-Zyklen können durchaus große Lawinen hervorbringen. Große Temperaturunterschiede in den Monaten Januar und Februar sind meist die Ursache.^{6, 7, 8} Die Veränderungen haben weitreichende Folgen, insbesondere für die Risikobewertung und das Naturgefahrenmanagement mit technischen und natürlichen Schutzmaßnahmen. Ein Überblick von Michaela Teich (BFW) zeigt, dass unser Wald zunehmend durch den Druck des Klimawandels geschwächt wird. Dadurch leidet die ursprüngliche Schutzfunktion des Waldes vor Lawinen. Andererseits verschiebt sich die Waldgrenze weiter nach oben, was sich positiv auf das Naturgefahrenmanagement auswirkt.⁹

Um genauere Aussagen über die Zukunft treffen zu können, braucht es allerdings auch ein gutes Monitoring, Wetterstationen und Daten. Die Messmethoden zur Erfassung von Schneeeigenschaften entwickeln sich stetig weiter und ermöglichen ein hochaufgelöstes Monitoring der Schneedecke. Ein innovatives Beispiel sind Cosmic Ray Neutron Sensoren, die mit Hilfe atmosphärischer Neutronen das Schnee-Wasser-Equivalent (SWE) präzise bestimmen können. Marie Schroeder präsentierte ihre Arbeit, indem sie einen solchen Sensor auf dem Hintereisferner, einem inneralpinen Gletscher in Österreich, testete.¹⁰

Hochaufgelöste SWE-Messungen sind in vielen Bereichen sehr nützlich, z. B. in Bezug auf Nassschnee. Weiß man das SWE der oberflächennahen Schicht, so kann man darauf rückschließen, ob die Schneedecke noch mehr Wassereintrag standhalten kann, beispielsweise durch Regen oder intensive Sonneneinstrahlung. Da die Zukunft mehr Nassschneeproblematiken bringen wird, sind diese Messmethoden extrem wichtig, um bessere Prognosen abgeben zu können.

Weitere Untersuchungen zeigten, dass verbesserte Radar-, Satelliten- und Drohnentechnologien hier die Zukunft sind – mit einem vielfältigen Einsatzbereich. Dies zeigt eine Studie, durchgeführt an der Nordkette über Innsbruck. Anselm Köhler und sein Team testeten ein Radar mit über 200 spontanen und gesprengten Lawinen, um die Kräfte und die sich entwickelnden Prozesse, welche bei der Bewegung einer Schneebrettlawine ablaufen, besser zu verstehen.¹¹



Das ÖGSL-Team auf dem ISSW 2024 (von links nach rechts): Paul Dobesberger, Marie Schroeder, Andrea Bruckmeier, Jan-Thomas Fischer, Christoph Mitterer. Foto: Archiv ÖGSL



Mensch und Lawine: Entscheidungen treffen, Psychologie, Kommunikation

„The human-factor“ ist ein weiteres zentrales Thema in der Lawinenkunde. Dieses bezieht sich nicht nur auf die Kommunikation und die Entscheidungen in einer Gruppe, sondern widmet sich auch den Fragen: Wie werden Unsicherheiten einer Prognose im Lawinenbericht kommuniziert und wahrgenommen? Welchen Einfluss hat die Offenlegung der Unsicherheit auf unsere Entscheidungen? Diese Fragen stellte sich ein Forschungsteam um Eeva Latosuo der Simon-Fraser-University in Kanada mit dem Ergebnis, dass viele Teilnehmer:innen der Studie die Anmerkung zur Unsicherheit im Lawinenbericht als einen großen Einflussfaktor auf ihre Entscheidung einstufen.

Somit lautet die Empfehlung der Studie, eine Aussage ähnlich der Wetterprognose mit einer Eintreffwahrscheinlichkeit sei durchaus hilfreich für die Leser:innen, insbesondere wenn es darum geht, ob man ins freie Gelände gehen soll oder doch lieber im gesicherten Bereich bleibt.¹²



„Is it a man's world?“

Die Branche hat den Ruf, eine „Männerdomäne“ zu sein und das Arbeitsumfeld wird oft als „Boys'-Club“ und misogyn beschrieben. Die ISSW bietet auch eine Plattform, um gesellschaftlich unbequeme Thematiken zu adressieren: Warum sind Frauen in der Lawinensicherheit unterrepräsentiert?

Und wie könnte eine vielfältige Branche aussehen? Die Umfrage von Andrea Mannberg unter Fachkräften aus Nordamerika und Europa zeigt: Frauen und nicht-binäre Menschen stoßen in dieser Branche auf viele Hindernisse. Dazu gehören insbesondere kulturelle und strukturelle Barrieren. In männlich geprägten Netzwerken werden Frauen oft nicht ernst genommen und müssen sich doppelt beweisen, um Anerkennung zu erhalten. Die Studie zeigt jedoch auch, dass eine bunte Belegschaft der Branche nicht nur ein besseres Arbeitsklima bringen könnte, sondern auch zu mehr Sicherheit führt. Teams mit einem höheren Anteil an Frauen und nicht-binären Personen neigen dazu, offener zu kommunizieren, besser zusammenzuarbeiten und ein ausgeprägteres Bewusstsein für Risiken zu entwickeln. Das heißt: Mehr Diversität könnte tatsächlich die Effizienz und Sicherheit in der Lawinen- und Schneeindustrie erhöhen. Am Ende, so die Autorinnen, geht es darum, dass alle, die eine Leidenschaft für Schnee und Sicherheit teilen, eine faire Chance erhalten. Die Branche könnte nicht nur menschlicher, sondern auch leistungsfähiger werden – und das in einem Arbeitsbereich, in dem diese Kompetenzen Leben retten können¹³.



Fazit

„Überwältigend“ ist eine beliebte Beschreibung für diese Konferenz. Sie inspiriert, motiviert und bringt Menschen aus der ganzen Welt zusammen, um auch in Zukunft die Forschung, Entwicklung und operationelle Arbeit voranzutreiben. Die Veranstaltung verdeutlicht, wie entscheidend ein gemeinsamer Ansatz für die Weiterentwicklung und Implementierung effektiver Sicherheitsmaßnahmen ist.

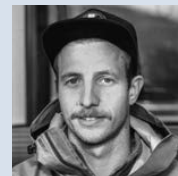
Die ISSW fördert nicht nur die fachliche Expertise, sondern stärkt auch die Verbindung zwischen Theorie und Praxis – ein Gewinn für alle, die im Schnee- und Lawinenbereich arbeiten und leben. Dies wird in Zukunft immer noch wichtiger, da mehr Menschen im Gelände unterwegs sind, die Infrastruktur und Bebauung sich verdichtet und in gefährdete Bereiche vordringt und weil durch den Klimawandel neue Phänomene auftreten werden, die wir bisher noch nicht gesehen haben.

Der International Snow Science Workshop 2026 Whistler

Der ISSW kehrt vom 28. September bis zum 2. Oktober 2026 nach Kanada zurück! Die Organisatoren haben es sich zur Aufgabe gemacht, das ISSW-Motto „A merging of theory and practice“ weiterzuführen.

„Wir wollen Praktiker:innen die Möglichkeit geben, ihre Erfahrungen mit Wissenschaftler:innen zu teilen, die die wichtigsten Fortschritte in unserem wissenschaftlichen Verständnis präsentieren“, sagt Scott Thumlert als Vertreter des wissenschaftlichen Komitees.

„Unser Ziel ist es, das Programm für so viele Teilnehmer wie möglich zugänglich und ansprechend zu gestalten sowie Theorie und Praxis während der gesamten Konferenz nahtlos miteinander zu verbinden.“ Das Programm besteht aus den fünf Bausteinen „Advances in Understanding“, „Avalanche Risk Management“, sowie Poster & Focus Sessions und Panel Discussions. Beiträge zum Programm sind Anfang Mai 2026 einzureichen.



Jan-Thomas Fischer ist Lawindynamiker, arbeitet als Forscher am Bundesforschungszentrum für Wald (BFW), lehrt an der Universität Innsbruck sowie der BOKU in Wien und ist bei der Österreichischen Gesellschaft für Schnee und Lawinen (ÖGSL) im Vorstand.

Referenzen

- 1** Herla, Florian, Wildfors, Aron, Binder, Michael, Müller, Karsten, Horton, Simon, Reisecker, Michael, Mitterer, Christoph: Establishing an operational weather & snowpack model chain in Norway to support avalanche forecasting. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 168–175.
- 2** Grahn, Jakob, Mianchi, Filippo Maria, Müller, Karsten, Malnes, Eirik: Data-Driven Avalanche Forecasting – Using Weather and Satellite Data. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 39–44.
- 3** Bruckmeier, Andrea, Rottler, Erwin, Warscher, Michael, Strasser, Ulrich, Mitterer, Christoph: Assessing critical wet-snow avalanche situations with spatially distributed snow cover simulations. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 45–51.
- 4** Techel, Frank, Helfenstein, Andrea, Mayer, Stephanie, Pérez-Guillén, Cristina, Purves, Ross, Ruesch, Marc, Schmudlach, Günter, Soland, Katia, Winkler, Kurt: Human vs. Machine – Comparing model predictions and human forecasts of avalanche danger and snow instability in the Swiss Alps. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 31–38.
- 5** Winkler, Michael, Gasperi, Alice, Schwarz, Jakob, Hesselbach, Christoph, St. Clair, Anne, Griesser, Silke, Benigni, Sergio, Gaddo, Mauro, Munari, Michaela, Genswein, Manuel, Mitterer, Christoph, Fischer, Jan-Thomas, Adams, Marc, Riedl, Harald: Project CAIROS: Harmonizing avalanche commissions' workflow, training and tools. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 13–19.
- 6** Ortner, Gregor, Bründl, Michael, Bresch, David: A multi-step avalanche risk framework for the quantification of climate change impacts on large scale avalanche hazard in central Switzerland. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 611–615.
- 7** Peitzsch, Erich, Johnson, Cameron, Savage, Scott, Miller, Zachary, Davis, Ethan, Hoppinen, Zachary: A case study and comparison of mid-winter warming and solar driven wet slab avalanche cycles. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 620–628.
- 8** Eckert, Nicolas, Christophe, Corona, Giacona, Florie, Gaume, Johan, Mayer, Stephanie, van Herwijnen, Alec, Hagenmuller, Pascal, Stoffel, Markus: Climate change impacts on snow avalanche activity and related risks: outcomes from a recent review. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 609–610.
- 9** Teich, Michaela, Stritih, Ana, Bottero, Alessandra, Moos, Christine: Global change impacts on avalanche protective forests—current knowledge and future research directions. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 553–561.
- 10** Schroeder, Marie, Prinz, Rainer, Binder, Michael, Winkler, Michael, Schellander, Harald: Continuous Snow Water Equivalent Monitoring on Glaciers Using Cosmic Ray Neutron Sensor Technology, a Case Study on Hintereiserner, Austria. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 1107–1114.
- 11** Köhler, Anselm, Neuhauser, Michael, Fischer, Jan-Thomas: Flowing from release to runout: High-resolution radar measurements of snow avalanches. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 280–287.
- 12** Latosu, Eeva, Haegeli, Pascal, Demuth, Julie, Green, Ethan: Users' awareness, knowledge, and response to uncertainty information in public avalanche forecasts. International Snow Science Workshop, Tromsø, 2024, 1618–1625.



2026 findet der ISSW vom 28. September bis zum 2. Oktober in Kanada statt.



Warum der Schnee in Norwegen weißer ist

Jeden Frühling strömen Tausende Skitourengeher:innen aus aller Welt nach Norwegen, um die einzigartige Kombination aus Meer, Bergen und Schnee zu genießen. Dabei kommt es in den letzten Jahren immer häufiger zu tödlichen Lawinenunfällen. Der norwegische Lawinenwarndienst berichtet über die besondere Situation in Norwegen und darüber, wie das Risiko reduziert werden kann.

Von Markus Landrø

Skitourengehen in Norwegen ist ein fantastisches Erlebnis. Schneebedeckte Berge, die direkt ins blaue Meer stürzen, viel Natur und wenige Menschen. Meist gibt es keine Infrastruktur wie Skilifte oder hoch gelegene Berghütten und ebenso wenig einen immer verfügbaren Rettungsdienst. Mit anderen Worten: eine Menge an Möglichkeiten für richtige Abenteuer auf eigene Verantwortung. Aber ist der Schnee wirklich weißer als anderswo? Verhalten sich die Lawinen in Norwegen anders? Natürlich nicht. Der Schnee ist so weiß wie in den Alpen oder den Rocky Mountains und die Bruchmechanik in einer Schneebrettlawine ist überall dieselbe. Trotzdem gibt es Unterschiede, auf die wir als Lawinenwarndienst Besucherinnen und Besucher aufmerksam machen wollen. Es hat sich nämlich leider gezeigt, dass Touristen unverhältnismäßig oft in der Unfallstatistik vorkommen. Im Zeitraum von 2008 bis 2023 gab es in Norwegen 104 tödliche Lawinenunfälle, davon 47 in der Troms-Region, wo sich auch die Lyngen Alpen befinden.

Darüber hinaus waren zwei Drittel der in Norwegen in den letzten 15 Jahren bei Lawinenunfällen getöteten Personen ausländische Touristen, und in den Saisonen 21/22 und 22/23 waren alle acht Lawinentote um Tromsø (Region Troms) aus dem Ausland.



Unfall am Sofiatinden in Lyngen

Auswärtige Skitouren-Touristen sind nicht die Einzigen, die von den sich rasch verändernden Bedingungen in Norwegen überrascht werden können. Am 1. Mai 2021 kamen zwei junge norwegische Männer in einem Lawinenunfall am populären Sofiatinden in Lyngen ums Leben. Dieser Unfall und die Tage davor sind ein Beispiel dafür, wie sich die Verhältnisse von Winter auf Frühling und dann wieder auf Winter im Laufe von wenigen Tagen ändern können:

■ 17. April: Regen in niedrigen Lagen, Schnee in der Höhe. Viel Wind und viel Neuschnee. Frische Neuschneebretter „überall“, vor allem in nach Osten ausgerichteten Hängen. Schneedecke unter dem Neuschnee wenig störanfällig. Der bodennahe Schwimmschnee vom frühen Winter liegt tief und unter sehr hartem und dickem überlagerndem Schnee.

■ 18.–19. April: warme Tage und kalte Nacht. Gute Wieder-gefrierung der Schneedecke.

■ 19.–20. April: keine nächtliche Gefrierung. Am Abend des 21. April löst ein Skifahrer in einem nach Westen ausgerichteten Hang ein nasses Schneebrett im Schwimmschnee am Boden aus. Anrissmächtigkeit: zwei Meter. Der Skifahrer kommt mit einem gebrochenen Arm davon. Sonst keine Lawinenaktivität.

■ 21.–30. April: winterliche Verhältnisse, Schneeböen und meist NW-Wind, 20–40 cm Neuschnee, aber große lokale Unterschiede.

■ 1. Mai: Wochenende, strahlender Sonnenschein, kein Wind und großartige Schneeverhältnisse. Die Beobachter des Warndienstes melden ca. 1 mm FC (große kantige Kristalle) einen Meter tief unter Neuschnee und stellenweise Windharsch. Dieselben Kristalle werden auch im Sektor Nord beobachtet, aber darüber liegt ungebundener Schnee. Herrliche Abfahrtsbedingungen sowohl im Sektor Süd wie Nord. Mehrere Eintragungen von Setzungsgeräuschen und spontanen Lawinen in der Varsom-App – die App für den Lagebericht und die Lawinenbeobachtungen in Norwegen – im Laufe des Tages.

■ Der Unfall am Sofiatinden am 1. Mai: große Lawine. Wahrscheinlich von der Hangmitte fernausgelöst. Zwei Skifahrer werden verschüttet und getötet. Dieselbe, schnell entstandene Schwachschicht, die auch anderswo unter dem Neuschnee beobachtet wurde, gab es auch in diesem Hang. Leichte Windverfrachtungen mit Tribschnee, darauffolgende Sonneneinstrahlung und damit weicher, aber gebundener Schnee an der Oberfläche. Ein langer Anriss über mehrere Geländeformationen hinweg zeigt sehr gute Bruchfortpflanzungs-Eigenschaften in der Schneedecke.

■ 2.–5. Mai: kaltes und ruhiges Wetter. Die Schwachschicht vom 30. April stabilisiert sich schnell.

Vom Gipfel bis zum Strand. Unberührte Hänge bei perfekten Bedingungen in Nordnorwegen. Foto: Thomas Kleiven

Der Frühling ist wie der Winter auf Speed. Alle Prozesse laufen schneller ab und auch die Sonneneinstrahlung ändert sich innerhalb weniger Wochen bei einer bestimmten Ausrichtung und Hangneigung rasch.

Lawinenbeobachtung



Avalanche start position **Avalanche stop position**

Zeit: 1. Mai 13:25 (+02:00) **Typ:** Trockene Schneebrettlawine **Größe:** 4 - Sehr groß
Auslöser: Auslösung durch Person(en) **Anrissshöhe:** Lawine Abbruch bei 1060 m.ü.A und endet bei 697 m.ü.A
Bruch: 100 cm hoch und 100 m breit bruch **Gelände im Anrissgebiet:** Im Graben oder in einer Rinne



Kommentar: Propageringsevnen over flere renner tilsier nytt svagt lag over den gamle gjenfrosne mildvæerspakken. Stort snøfall fra dagene før har samlet over en meter med sno i leheng. Mulig naturlig utløst da lag ble svekket av sol.

Die Aufzeichnungen zum Lawinenunglück am Sofiatinden auf www.regobs.no

Take-home-Message

Eine wieder gefrorene Schneedecke mit einem dicken Schmelzharschdeckel ist nicht dasselbe wie eine vollständig isotherme Frühjahrsschneedecke, also eine Schneedecke mit konstanter Temperatur vom Boden bis zur Schneeoberfläche. Und insbesondere eine Situation mit gut entwickelten, tiefen Schwachschichten kann zu unvorhersehbaren Lawinen führen. Auch ist das Wiedergefrieren der Schneedecke in unseren tiefen Lagen nicht so effizient wie in den Alpen, und es könnte sein, dass nur die obersten 20–30 Zentimeter der Schneedecke tatsächlich wieder gefrieren. Das Ausbleiben von Frost in der Nacht kann dann schon ausreichen, um eine instabile Situation zu schaffen.

Das Schneeklima in der Troms-Region ist sehr dynamisch und kann sich innerhalb kürzester Zeit von Frühlingschnee zu Winterbedingungen und wieder zurück verändern. Die nordwestliche Strömung kann sehr unberechenbar sein, wenn es um die Bildung von frischen Schneebrettern geht. Meistens stabilisiert der Neuschnee sich auf Grund der relativ hohen Temperaturen schnell, aber das ist nie garantiert. Der Frühling ist wie der Winter auf Speed. Alle Prozesse laufen schneller ab und auch die Sonneneinstrahlung ändert sich innerhalb weniger Wochen bei einer bestimmten Ausrichtung und Hangneigung rasch. Schwache Schichten können sich sehr schnell entwickeln und müssen nicht (können aber) viele Tage lang bestehen. Diese Herausforderungen treffen nicht nur auf Nordnorwegen zu.



Norwegische Wetterbedingungen

Generell ist das Wetter in Norwegen sehr wechselhaft! Aufgrund der Nähe zum Meer ändert sich das Wetter oft schnell und kann uns überraschen, indem es rasant die Schnee- und Lawinenbedingungen verändert. Dadurch wird unsere Fähigkeit, sicher durchs Gelände zu navigieren, verringert. Wir raten euch, flexibel zu bleiben und alternative Pläne parat zu haben. Auch Pläne, die kein Skifahren beinhalten, sondern andere touristische Aktivitäten. Wir möchten ein paar wetterbedingte Dinge hervorheben, die euch vielleicht nicht bekannt sind:

Starker Wind

Starke Winde erzeugen harte Schneebretter. Harte Schneebretter bedeuten, wir haben weniger Warnzeichen bei einem Altschneeproblem mit persistenten Schwachschichten in der Schneedecke. Lange Perioden mit einem Altschneeproblem und persistenten Schwachschichten sind keine Seltenheit.



Darüber hinaus bildet der Wind zahlreiche große Wechten, vor allem an nach Osten ausgerichteten Hängen von runden oder plateauförmigen Gipfeln. Schneeverwehungen, also Triebsschnee, sind eine Hauptursache für die Lawinengefahr, und es wird leicht unterschätzt, wie schnell dieses Problem entstehen und sich zuspitzen kann.

Schwimmschnee

Oftmals haben wir es mit einem Altschneeproblem mit bodennahen oder darüberliegenden persistenten Schwachschichten während der gesamten Saison zu tun. Viele Besucher lassen sich von Schwimmschnee und dem Altschnee problem täuschen, das in Küstengebieten und südexponiertem Gelände selbst im Frühjahr gefährliche Bedingungen schafft. Prüft, ob Schwimmschnee am Boden oder persistente Schwachschichten (Altschnee problem) höher in der Schneedecke vorhanden sind und im Lagebericht ein Lawinenproblem darstellen.

Polartiefdruck

Norwegen (58°–71°N) und Svalbard (76°–80°N) haben lange und schneereiche Winter. Tiefdruckgebiete treffen immer wieder auf die Küstenregionen, wo sie enorme Schneemengen abladen können und die Schneedecke rasch verändern. Im Landesinneren und auf Spitzbergen liegt weniger Schnee und es gibt lange kalte und trockene Perioden. Sogenannte Polartiefs können besonders herausfordernd sein und zu intensiven Schneeschauern und komplexen Windmustern führen.

Die Lawine am Sofiatinden. Der Lawinenunfall ist auf www.regobs.no dokumentiert. Foto: Patrik@ObsKorps



Dr. Markus Landrø ist Lawinenwarner in Norwegen und staatlich geprüfter Berg- und Skiführer.

Norwegen erlebt in den letzten Jahren einen enormen Anstieg des Skitouren-Tourismus, insbesondere die Lyngen Alpen. Dies war der Grund, warum mehrere Organisationen (NVE/Lawinenwarndienst, die Tourismusindustrie, CARE und die Polizei) Unfall-Präventionsmaßnahmen testen wollten.



Karten und Lawinenlagebericht


Wenn ihr in Norwegen auf Skitour geht, solltet ihr die kostenlose Varsom-App aus dem App Store oder von Google Play herunterladen.

In der App findet ihr topografische Karten und Lawinen-Geländekarten zur Offline-Nutzung. Stellt sicher, dass ihr die Karten vor Beginn eurer Tour heruntergeladen habt, da der Handyempfang in den Bergen schlecht oder gar nicht vorhanden sein kann. Mit dieser App erhaltet ihr die Lawinenvorhersagen und Beobachtungen vor Ort. Ihr könnt außerdem Beobachtungen übermitteln und so zur Verbesserung des Lawinenlageberichts beitragen und Informationen mit anderen Skitourengehern teilen. Dazu müsst ihr ein Gratis-NVE-Konto einrichten. Im Menu könnt ihr das Kartenzentrum (Fadenkreuz, das die Kartenmitte anzeigt) aktivieren. Beim Bewegen des Fadenkreuzes wird euch der Abstand von eurem aktuellen Standort zum Fadenkreuz im Kartenzentrum angezeigt, außerdem der Höhenunterschied, die Koordinaten und die Steilheit an diesem Punkt. Durch das Drücken auf den Link in der aufpoppenden Infobox werdet ihr auf den Wetterbericht dieses Punkts geleitet. Weitere nützliche Informationen über Skitouren in Norwegen findet ihr auf der Homepage des Lawinenwarndienstes Varsom.no



EAWS, Matrix und Entscheidungsstrategien

Als Mitglied der EAWS arbeiten wir mit den europäischen Standards und folgen den Prinzipien der Informationspyramide. Das bedeutet, dass wir mit denselben Lawinenproblemen arbeiten und dass die Gefahrenstufe 3 dasselbe bedeutet wie in den Alpen. Wir geben jedoch keine Gefahrenstufen mit +/- wie in der Schweiz aus. Außerdem kann man durch die Angabe von Auslösewahrscheinlichkeit, Ausbreitung und Lawinengröße bei den Lawinenproblemen mit der EAWS-Matrix einen noch präziseren Eindruck bekommen. Bekanntlich gibt es neun verschiedene Kombinationen dieser Parameter, die zu einer Gefahrenstufe 3 führen können, und bis zu zwölf, die zu einer Gefahrenstufe 2 führen können. Für die Person im Gelände können die verschiedenen Kombinationen sehr unterschiedliche Beurteilungssituationen bedeuten. Das Bulletin gibt es auf Norwegisch und die wichtigsten Elemente auf Englisch. Ein Tipp von uns ist, die Gefahrenbeurteilung und Schneedeckeninformationen von Deepl.com oder einem ähnlichen Hilfsmittel übersetzen zu lassen. Verglichen mit den Alpen sind die Regionen im Lawinenlagebericht in Norwegen groß. Das bedeutet weniger Messdaten, weniger



Beobachtungen und größere lokale Unterschiede. Als eine von mehreren Informationsquellen in der Tourenplanung ist der Lagebericht trotzdem sehr hilfreich, man muss aber wie immer die Informationen lokal überprüfen. Das Verwenden von Entscheidungsstrategien, die zur Risikominimierung mit dem Vermeiden des Sektors Nord oder dem Kriterium „viel befahrene Hänge“ arbeiten, wird nicht empfohlen. Die Daten aus unserer Unfallstatistik untermauern keine Reduktion des Risikos im Sektor Süd. „Urban Snow“, also häufig befahrene Hänge, gibt es nur sehr selten und wenn, dann nur an den beliebtesten Touren in der Hochsaison und nicht über die gesamte Saison. Das heißt, hier muss man selbst in die Schneedecke schauen und auch wissen, was das dann bedeutet.



Tägliches Bergführertreffen

Norwegen erlebt in den letzten Jahren einen enormen Anstieg des Skitouren-Tourismus, insbesondere die Lyngen Alpen. Dies war der Grund, warum mehrere Organisationen (NVE/Lawinenwarndienst, die Tourismusindustrie, CARE und die Polizei) Unfall-Präventionsmaßnahmen testen wollten. Eine dieser Maßnahmen ist ein kostenloses Online-Führertreffen in Lyngen, das während der Hochsaison jeden Abend für alle norwegischen und ausländischen Berg- und Skiführer offen ist. Die Idee ist, wichtige Informationen untereinander auszutauschen und sich darüber zu verständigen, welche Touren am nächsten Tag weniger oder mehr risikobehaftet sind. Die Hoffnung war, dass die dadurch hoffentlich verbesserten Entscheidungen der Bergführer auch auf andere Gruppen im Gelände abfärben. Die Führer sind nämlich oft früh unterwegs und ihre Spuren haben Vorbildcharakter. Sie legen mit ihren Spuren sozusagen die Gleise für nachfolgende, vielleicht weniger erfahrene Skitourengeher.

Außerdem war es immer schwierig, wichtige Schnee- und Lawinenbeobachtungen von den Führern zu bekommen. Der Aufwand für die Eingabe einer Beobachtung in die Varsom-App ist vielen zu groß. Aber ein einfaches und informelles Treffen der Führer am Abend, bei dem sie sowohl Informationen erhalten als auch geben können, hat sich als niederschwellig und deshalb sehr gut erwiesen. Daher wird die Initiative diesen Winter weitergeführt. Das Führertreffen wird von einem lokalen Bergführer geleitet. Das Treffen ist täglich von 18:00 Uhr bis maximal 18:30 Uhr auf Zoom. Zunächst werden die aktuellen Wetter- und Schneeverhältnisse und die relevanten Beobachtungen präsentiert. Danach folgt die Wetter- und Lawinenvorhersage für den nächsten Tag. Anschließend tauschen die Teilnehmer ihre Beobachtungen zu Lawinen,

Skitourengehen in Nordnorwegen hat etwas Magisches. Die Kombi aus Meer und Bergen ist speziell – so wie manchmal die Lawinensituation. Tom Oliver Hedvall am Geitgalien, Lofoten. Foto: Elias Lundh



Gefahrenzeichen und Schneeverhältnissen aus. Den Abschluss des Treffens bildet eine Diskussion über Unsicherheiten und Informationsdefizite sowie darüber, welches Gelände angesichts der aktuellen Situation aufzusuchen und welches zu meiden ist. Dieser Ablauf folgt dem Modell des „strategic mindset“ vom kanadischen Bergführer Roger Atkins.

Nach dem Treffen schreibt der Leiter eine Zusammenfassung, in der er sich auf die Beobachtungen der Führer, die Schneeverhältnisse und die Geländeempfehlungen für den nächsten Tag konzentriert, und teilt sie als Beobachtung in der Varsom-App. Diese Informationen wurden von anderen Skitourengehern und nicht zuletzt von den Lawinenprognostikern sehr gut aufgenommen, die nun zusätzlichen Input für ihre Arbeit zur Erstellung von Lawinenprognosen hatten. Die Führer, die an den Treffen teilgenommen haben, waren sehr zufrieden mit der Initiative. Wir haben viele freundliche Nachrichten von Bergführern erhalten, dass das Treffen sehr nützlich war und dass eine sehr gute Atmosphäre bei den Treffen herrschte. Vor allem, dass eine offene Fehlerkultur geschaffen wurde, die es leicht machte, sowohl Informationen über Schnee- und Lawinenbedingungen zu teilen als auch über „close calls“, also brenzlige Situationen oder Beinaheunfälle, zu sprechen.

Soweit wir wissen, war diese Initiative weltweit das erste offene Führer-Treffen zur Lawinensituation. Wir haben festgestellt, dass die Teilnehmerzahl an den anspruchsvollen Lawinentagen am höchsten war. Natürlich ist der Bedarf an diesem Führertreffen bei schwierigen Bedingungen am größten, aber die Führer nahmen auch an ruhigeren Tagen teil, was darauf schließen lässt, dass auch andere Elemente des Treffens attraktiv waren. Erfreulich ist auch, dass es in der vergangenen Saison in der Troms-Region keine tödlichen Unfälle unter Skifahrern gab. Gleichzeitig muss betont werden, dass es sich um einen ungewöhnlich stabilen Winter handelte. Dennoch glauben und hoffen wir, dass sich die Führertreffen in den kommenden Jahren positiv auf die Vermeidung von Lawinenunfällen auswirken werden.

Das war's vom Lawinenwarndienst in Norwegen. Seid willkommen in den norwegischen Bergen! Wir werden alles tun, um in den nächsten Monaten für viel und stabilen Schnee zu sorgen. Die Besucher müssen ihrerseits versprechen, gute Entscheidungen zu treffen und nicht zuletzt das Skifahren zu genießen.

Danke an Emma Barfod (Lawinenwarnerin) für ihre Infos zum Guidemeeting und an Martin Stefan (Lawinen-Beobachter) für schneephysikalische Details zum Unfall auf dem Sofiatinden.

Foto: Thomas Kleiven



Praktische Tipps zum Skitourengehen in Norwegen

bergundsteigen: Roli, auf welche drei Dinge muss man als Norwegenneuling neben der Lawinengefahr am meisten aufpassen?

Roli Striemitzer: Auf das schnell wechselnde Wetter! Auf die im Nebel sehr schwierige Orientierung ohne Bäume, nur ganz unten sind Sträucher! Und auf die riesigen Wechten, die weit hinter der Geländekante abbrechen können.

Weitere Tipps von Gebi Bendler (langjährige Norwegenerfahrung als Berg- und Skiführer).

Apps: Neben der Varsom-App nutze ich am Handy Alpenvereinaktiv mit der norwegischen Landeskarte der Kartographie- und Katasterbehörde Kartverket. Mit eingeblendetem Hangneigungslayer kann man mit den Karten gut Touren planen. Inzwischen gibt es von den Modegebieten wie Lofoten, Senja oder Lyngen bereits sehr viele auf Alpenvereinaktiv eingetragene Touren mit Tracks. Nachdem Fatmap eingestellt wurde, das mit seinen 3D-Karten und Routensammlungen perfekt in Norwegen funktionierte, ist Relieffmaps mit seinen 3D-Karten eine Alternative für eine plastischere Darstellung von unbekanntem Gebieten. Allerdings mit weniger Funktionen als Fatmap. Außerdem können die Heatmaps von Strava nützlich sein, um zu sehen, welche Skitouren stark oder weniger stark frequentiert sind. Für das Wetter ist die App Yr (Regen auf Norwegisch) das Mittel der Wahl. Die App Windy (Windstärken und Wetter) ist zum Führen in den Fjorden hilfreich.

Da in Norwegen das Wetter sehr schnell wechselt, steht man binnen Minuten im Whiteout und stürmischem Wind und weiß nicht mehr, wo oben und unten ist (Vorsicht vor riesigen Wechten und felsigem Absturzgelände!!!). Deshalb sollte man immer auch mit GPS-Geräten arbeiten. Inzwischen nutze ich meist das Handy mit Powerbank oder Akkühülle und Garmin GPS-Gerät und/oder GPS-Uhr als Backup. Da man im Sturm das Display des Handys nur mehr schwer bedienen kann (auch nicht mit Handschuhen!), immer noch an ein Backup denken! Das Umziehen am Gipfel zum Abfahren kann bei solchen Verhältnissen oft sehr ungemütlich sein, deshalb nutzen einige Guides auch ein Group-Shelter (Bothy Bag) für ihre Gruppe. Das ist eine zeltartige Biwakplane, die die Temperaturen schnell steigen lässt. Oft sind selbst auf einfachen Skitouren kurze Passagen vereist, weshalb dann Skitourenpickel und Steigeisen ratsam sind. Vorsicht: In jedem Fjord wechseln Wind- und Wetterbedingungen sehr kleinräumig. Das Altschneeproblem kann oft in allen Expositionen auftreten (das und alles Weitere zu Lawinen siehe Artikel von Markus Landrø)! ■



Der Tiroler Roland „Roli“ Striemitzer ist seit acht Wintersaisons in Norwegen als Berg- und Skiführer unterwegs.



bergundsteigen-Chefredakteur Gebi Bendler beim Führen in den norwegischen Bergen.

Menschenknäuel eingeklemmt in Gletscherspalte

Ein fataler Spaltensturz in einer Dreierseilschaft – auch wegen zu kurzer Abstände. Jelle Staleman über Disziplin in der Gletscherseilschaft und eine ungewöhnliche Spaltenbergung mit wenig Restseil.

Jelle Staleman & Franziska Haack

Ein nebliger Tag im Hochsommer. Jelle Staleman befindet sich als Bergführer mit einer Seilschaft im Abstieg vom Großvenediger, einem Dreitausender in Österreich. Er hat acht Personen vor sich am Seil, darunter seine Freundin und ein befreundeter Bergretter, der in den Bergführerberuf hineinschnuppern möchte. Sie sind am Ende des Grats angekommen und kurz davor, in die Flanke zu queren. Ein Stück vor ihnen, gerade noch in Sicht, geht ein anderer Bergführer mit zwei Gästen, Vater und Tochter.

Jelle Staleman: „Circa 50 Meter unterhalb des Grats sah ich eine Gletscherspalte. Sie sah recht groß und kompliziert aus. Da ich meinen Gästen gesagt hatte, dass sie der anderen Gruppe folgen sollen, war ich froh, dass der Kollege die Spalte auch bemerkt hatte. Er verlängerte das Seil zwischen sich und dem ersten Gast und ging vor, um die Spalte herum.“

Der erste Gast folgt direkt in der Spur des Bergführers und gelangt ohne Probleme über die kritische Zone. Die zweite Person jedoch bleibt wohl nicht genau in der Spur, sondern kürzt etwas ab. Sie stürzt in die Spalte und reißt den anderen Gast mit. Da zwischen beiden nur wenig Seil ist, verschwindet dieser ebenfalls komplett in der Spalte. Auch der Bergführer wird um- und zunächst mitgerissen. Dann bleibt er auf dem Bauch liegen. Es sieht aus, als habe er seinen Sturz mit dem Pickel gehalten.

Jelle Staleman macht sich bereit, um zu helfen. Er organisiert seine Gruppe.

Jelle: „Weil der Schnee sehr weich war und es viele Spalten zu geben schien, war die Situation recht heikel. Ich wollte, dass die Gruppe angeseilt und mit dem Seil auf Spannung bleibt. Wegen der Größe meiner Gruppe hatte ich aber kaum Restseil zur Verfügung. Da kein Flugwetter war, ahnte ich schon, dass die Sache schwierig werden könnte.“

Jelle Staleman robbt auf dem Bauch an den Spaltenrand, um Kontakt mit den Verunfallten aufzunehmen. Die andere Person, seine Tochter, sei nicht bei Bewusstsein, kommt als Antwort von unten. Der Bergführer auf der anderen Seite der Spalte ist dabei, einen Toten Mann zu graben, auch er hat nicht genügend Restseil für eine Seilrolle. Andere Seilschaften gehen vorbei. Jelle bittet um ihr Restseil. Er gräbt einen Toten Mann und einen zweiten als Hintersicherung und lässt sich am kurzen Restseil mit Hilfe des Grigris, das sein Bekannter dabei hat, in die Spalte ab.

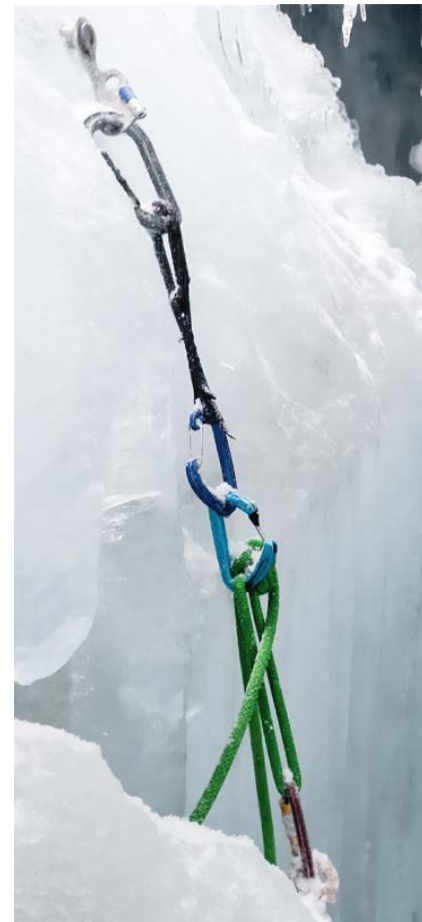
Jelle: „Die zwei Personen waren in etwa zwölf Metern Tiefe. Ich habe mich erschreckt. Sie waren fast nicht zu sehen. Die Spalte wurde nach unten enger und es klemmte ein circa 1,50 Meter breiter Eisblock darin. Unter dem Eisblock lugte ein Kopf hervor – und ein Knäuel an Gliedmaßen. Mir wurde klar, dass der Bergführer den Sturz gar nicht gehalten hatte. Seine Gäste steckten



Ein Teil der von Jelle Staleman geführten Gruppe am Gipfel des Großvenedigers – offensichtlich ohne Flugwetter für die Bergrettung. Jelle steht ganz links.



Blick in den Abgrund. In ca. zwölf Metern Tiefe waren Vater und Tochter eingeklemmt und ineinander verkeilt.



Mit Eisschrauben und Flaschenzug konnte Jelle Staleman den Eisblock anheben, der den Zugriff zu den Gestürzten versperrte und die Rettung verhinderte.

fest. Im Sturz oder beim Aufprall des Vaters auf die Tochter mussten sie sich völlig ineinander verkeilt haben. Sie konnten sich überhaupt nicht bewegen. Ich machte mich daran, ihre Gesichter vom Schnee zu befreien. Zum Kopf der Tochter musste ich mich erst hingraben.“

Als beide wieder atmen können, will Jelle den Eisblock wegschieben, um die Verunfallten zu befreien. Da in der Spalte kaum Platz ist, muss er dazu auf den beiden stehen. „Zum Glück hatte ich oben die Steigeisen ausgezogen.“ Doch der Klotz ist viel zu schwer. Er erwägt, den Eisblock mit einer Eisschraube und dem Restseil von der Seilschaft nach oben ziehen zu lassen.

Jelle: „Aber dann hatte ich Angst, dass er brechen und auf uns drei drauffallen könnte. Inzwischen war bereits eine halbe oder Dreiviertelstunde vergangen, alle paar Minuten musste ich die Gesichter von Vater und Tochter vom Schnee befreien, der beständig nach unten fiel.“

Jelle überlegt. Er hat nur Material für eine gewöhnliche Rettung, aber mit den Eisschrauben des Bergführerkollegen kann er eine Eisschraube in den Block drehen und mit zwei weiteren in der Spalte einen Stand bauen. Er sichert sich am Stand und schafft es, den Eisblock mit einer Seilrolle mit dem wenigen Restseil vom Stand aus einen Meter nach oben zu ziehen.

Jelle: „Nach ungefähr einer Stunde in der Spalte konnte ich unter den Block zu den beiden kriechen. Ich wusste immer noch nicht, welche Körperteile zu wem gehörten. Ich berührte einen Arm und fragte, von wem der sei. Die Tochter jammerte und schrie die ganze Zeit. Sie dachte, sie würden sterben.“

Jelle Staleman gräbt den Schnee weg, um zu den Klettergurten zu kommen.

Er hängt beim Vater einen Karabiner mit dem Restseil ein und weist seine und die dazugekommene Seilschaft an, einen Mannschaftszug zu bilden.

Jelle: „Zum Glück war mein Bekannter dabei und konnte oben alles organisieren. Auf mein Kommando haben sie gezogen, so stark sie konnten. Doch der Vater bewegte sich keinen Millimeter. Er schrie nur wie wahnsinnig vor Schmerzen und flehte, dass sie aufhören sollen. Es war nicht auszuhalten.“

Sie probieren den Mannschaftszug mit der Tochter, die ihren eingeklemmten Arm nicht mehr spürt. Auch hier gelingt es nicht, sie herauszuziehen.

Jelle: „Mittlerweile dachte auch ich, dass sie sterben. Ich wollte ihnen immerhin noch mentale Unterstützung geben, dableiben und zeigen, dass wir alles versuchen.“

Trotzdem überlegt er weiter. Und erinnert sich daran, dass Opfer oft immer tiefer in die Gletscherspalte rutschen, weil ihre Körperwärme das Eis antaut. Bis sie irgendwann ersticken, weil es so eng ist. Das könnte die Lösung sein!

Jelle: „Ich habe die beiden ebenfalls am Stand in der Spalte gesichert, und zwar so fest wie möglich. Je straffer das Seil, umso weniger rutschen sie nach unten. Mit meinen nackten Händen versuchte ich dann, das Eis an ihren Körpern zu schmelzen. Ich rieb und rubbelte an der Eiswand, zwischendrin musste ich immer wieder Schnee wegschaffen und ihre Gesichter freiräumen. Nach einer halben Stunde hatte ich das Gefühl, dass der Vater etwas mehr Raum bekommen hat.“

Wieder lässt er die Gruppe oben am Seil ziehen. Und tatsächlich, der Mann ist gelockert und kann befreit werden. Erste Erleichterung.

Jelle: „Hoffentlich kommt es nicht zum Bergungstod wegen Unterkühlung, dachte ich. Aber das Einzige, was wir machen konnten, war, ihn rauszuziehen. Nach weiteren zwanzig Minuten Eisrubbeln konnten wir schließlich auch die Tochter befreien.“

Vater und Tochter sind nur leicht verletzt. Gemeinsam mit Jelle Stalemans Gruppe können sie Richtung Defreggerhaus absteigen, dorthin wird ihnen die Bergrettung zu Fuß entgegenkommen. Jelle Staleman führt seine Gruppe über die Johannishütte ins Tal. Nach gut zwei Stunden extremer Anspannung in der Gletscherspalte ist er völlig erschöpft und ebenfalls leicht unterkühlt.

Jelle: „Der Unfall ist eine Erinnerung daran, auch bei schlechtem Wetter und auf einfachen Touren die Standards einzuhalten und auf klare Kommunikation mit den Gästen zu achten – und darauf, dass sie die Anweisungen auch genau so wie gegeben umsetzen. Es war gut, dass der Bergführer das Seil verlängert hat, nur hätte er das auch zwischen den beiden Gästen machen sollen. Dann und wenn die Gäste das Seil straff gehalten hätten und genau auf der Spur des Bergführers geblieben wären, wäre es wohl gar nicht zum Spaltensturz gekommen beziehungsweise hätte bereits der Vater oder spätestens der Bergführer den Sturz halten können. Vielleicht könnten bei ähnlichen Unfällen auch Wärmepackungen helfen, um die Verunfallten freizuschmelzen.“

Autoren: Jelle Staleman ist einer der wenigen niederländischen IVBV-Berg- und Skiführer. Seine Ausbildung absolvierte er in Österreich. Franziska Haack ist freie Journalistin in München und im Sommer gerne auf Hochtour unterwegs.

Klettern oder kämpfen?

Der (Sport-)Soldat in der Speedwall.





Interview mit Danyil Boldyrev (32), Speedkletterer aus der Ukraine, über das Klettern im Krieg, Selbstzweifel und gefallene Kletterfreunde wie Maksim Petrenko.

Interview von Claus Lochbihler

Danyil, du hast im August 2022 in München bei der Europameisterschaft die Goldmedaille im Speedklettern gewonnen. Damals war der russische Angriffskrieg gegen die Ukraine sechs Monate alt. Wie sehr hat dich das beim Wettkampf belastet?

Der Sieg bedeutete mehr – weil ich für ein Land antrat, das von Russland völlig unrechtmäßig angegriffen worden ist. Es sollte ein guter Tag für mich werden, auch wenn sich das am Morgen nicht so angefühlt hat: Ich bin viel zu früh, irgendwann zwischen 4 und 5 Uhr, aufgewacht und habe mich gefühlt, als ob ich kurz davor wäre, krank zu werden. Das ist vor Wettkämpfen öfter so. Wenn du dein Trainingsmaximum erreicht hast, belastet das auch dein Immunsystem. Trotzdem ist es mir gelungen, mich auf mein Ziel zu fokussieren: Gold für die Ukraine zu holen. Allerdings ist es im Wettkampf sehr viel leichter, motiviert zu bleiben, als im Training. Wettkampf – das ist nur ein Tag.

War es während des Trainings schwerer für dich, den Krieg auszublenden?

Am Wettkampftag denke ich an nichts anderes. Nicht einmal an den Krieg. Aber während der langen Trainingsmonate davor musste ich immer wieder an Freunde in Mariupol denken, die dort gestorben sind. An manchen Tagen fiel es mir deswegen schwer, mich für das

Training zu motivieren. Da wachst du auf und denkst dir, dass du vielleicht nicht klettern, sondern besser in der Armee kämpfen solltest.

Da hast du Zweifel, ob das, was du so gerne machst, überhaupt gerechtfertigt ist. An anderen Tagen denkst du dir: Ja, es ist wichtig, weil es die Ukraine international sichtbar macht, weil du so als Sportler etwas für dein Land tust.

Es hat allerdings Monate gedauert, bis zu dich zu dieser Haltung durchgerungen hast. Monate, in denen du mit dir, dem Krieg und deiner Rolle als Profikletterer gerungen hast.

Es gab Tage, da war ich kurz davor, in die Armee zu gehen. Ich habe darüber vor allem mit meiner Frau gesprochen. Und mit Freunden, die in der Armee waren.

Was hat deine Frau gesagt?

Dass es letztlich meine Entscheidung ist. Aber dass ich doch bitte ihr und meiner Mutter zuliebe für die Ukraine trainieren statt mit der Waffe kämpfen soll – wenn ich schon offiziell die Chance habe, als Sportler für die Ukraine anzutreten. Und dass wir eines Tages Kinder bekommen wollen. Wobei so viele junge Ukrainer, die in den Krieg gezogen und gefallen sind, genau das auch wollten: Kinder kriegen, eine Familie gründen, ein schönes Leben führen.

Claus Lochbihler ist freier Journalist in München. Schwerpunktthemen: Musik, Berge, Reise und Ski. Führt gerne Interviews. Der Ukraine und ihren Menschen fühlt er sich verbunden, seitdem er mit seiner Familie 2022 eine vor dem Krieg geflüchtete Ukrainerin und ihren Sohn für zwei Monate aufgenommen hat.

„Das Klettern hat es mir erlaubt, die Welt zu entdecken. Damit rechnest du nicht, wenn du aus Donezk stammst und deine Familie nicht besonders viel Geld hat.“

Und deine Freunde, die an der Front kämpften – wozu haben sie dir geraten?

Dass ich als Sportler und Trainer auch etwas für unser Land tun kann. Dass es wichtig ist, dass die Ukraine bei internationalen Wettkämpfen antritt – während die russischen Athleten zu Recht ausgeschlossen sind. Dass es wichtig ist, dass sich jemand um den Sportnachwuchs der Ukraine kümmert. Dass andere Kletterer mit verletzten Soldaten in der Reha arbeiten – und auch das ein Beitrag ist, der unserem Land hilft. Und dass ich mit meinen Knie- und Rückenproblemen, die sich schon damals abzeichneten, eh nicht mehr fit genug bin. Jedenfalls nicht für eine Spezialeinheit wie die Kraken, in der Freunde von mir kämpfen.

Wie haben sich der Krieg, der Stress, deine Zerrissenheit auf dein Training ausgewirkt?

Es fällt einem nicht leicht zu trainieren, wenn man den Kopf voller Stress und Sorgen hat. Gleichzeitig motiviert es dich, weil du dir sagst: Wenn die anderen kämpfen, während du nur trainierst, musst du noch besser und härter trainieren. Manchmal hat meine Frau gesagt, dass ich viel zu viel trainiere, dass ich eine Pause einlegen muss, um mich zu regenerieren. Dann habe ich ihr entgegengetreten, dass Freunde, die kämpfen, auch keine Pause machen können.

Du hast dich als eine Art Sportsoldat verstanden?

Ich hatte zwar kein Gewehr, um zu kämpfen, habe mich aber als eine Art Soldat in der Speedwall begriffen.

Und dich dabei in die Verletzung hineintrainiert.

Ich habe zwei, manchmal sogar drei Trainingssessions pro Tag gemacht. Oft bin ich schon kurz nach 5 Uhr früh laufen gegangen. Dazu kam viel zu wenig Schlaf, weil ich mir um meine Freunde an der Front Sorgen gemacht habe. Oder mir das nächste Crowdfunding durch den Kopf ging, mit dem wir Fahrzeuge für die Front beschaffen wollten. Gleichzeitig waren meine Trainingsbedingungen viel schlechter als vor dem Krieg: keine Physio, keine Massage.

Wenn ich vor dem Krieg eine kleine Verletzung hatte, habe ich das sofort behandeln lassen. Als ich nach Deutschland ging, um dort zu trainieren, habe ich das leider vernachlässigt. Ich habe härter denn je trainiert, von meiner nächsten Goldmedaille für die Ukraine geträumt und dabei meinen Körper viel zu hart rangenommen.

Vor allem dein Knie.

Zuerst war es nur der Meniskus. Aber dann hat mir ein Arzt in Österreich gesagt, dass es nicht nur der Meniskus ist, sondern auch das Kreuzband. Und dass ich dringend operiert werden muss, weil ich sonst mein Knie riskiere. Ich wurde also operiert. Danach war ich acht Monate in der Reha.

Wann wurde dir klar, dass du deine Karriere als Speedkletterer beenden musst?

Vergangenen Sommer.

Eine Entscheidung, die dir vermutlich nicht leicht gefallen ist.

An sich spüre ich immer noch diese Kraft und dieses Feuer, die man für diesen Sport braucht. Andererseits war klar, dass ich mit 32 und den Verletzungen nicht mehr die zwei, drei Jahre habe, die ich für einen Neustart meiner Wettkampf-Karriere bräuchte. Es geht ja auch darum, wie man sich und seine Familie ernährt – und da ist Klettern nicht unbedingt der lukrativste Sport. Also habe ich mir gesagt, dass es jetzt an der Zeit ist, mich ganz auf das Coaching zu verlegen. Auch weil ich einen guten Draht zu einigen Nationalteams habe – Singapur, Deutschland, Österreich.

Leider hast du 2024 die Olympischen Spiele in Paris verpasst.

Sicher. Aber das Leben besteht, wie der Krieg, auch aus Verletzungen. Und aus Schicksal. Man kann nicht alles kontrollieren. Man kann nur das Schicksal annehmen und versuchen, das Beste daraus zu machen. Ich begreife es als meine neue Bestimmung, andere zu trainieren. Damit andere Medaillen gewinnen. Ich versuche nicht darüber nachzudenken, was hätte sein können. Ich versuche an die Zukunft zu denken.

Wie war es vor dem Krieg um das Klettern in der Ukraine bestellt?

Wir waren auf einem richtig guten Weg, auch bei den Trainingsbedingungen. In Mariupol hatten wir kurz vor dem russischen Angriff endlich eine ganze Speedwall. Keine offizielle, nur eine gute Kopie. Aber eben eine ganze, 15 Meter hoch. Davor mussten wir oft an mehreren Wänden trainieren, um eine komplette Speedwall zu simulieren. Deswegen sind wir vor Wettkämpfen oft ins Ausland gegangen, zum Beispiel nach Imst in Österreich. Für das Klettern im Fels wiederum ist die russische Besetzung der Krim ein schwerer Schlag. Die Krim war das Felsklettergebiet der Ukraine. Auch im Winter, weil man da wegen des milden Klimas bei 15 Grad super klettern konnte. Man kann ansonsten auch in der Nähe von Lwiw und Iwano-Frankiwsk klettern – aber eben nur im Sommer.

Du hast deine Preisgelder über die Jahre immer wieder für eine Verbesserung der Trainingsmöglichkeiten eingesetzt.

Sehr oft. Ein Beispiel: Nachdem ich 2018 in Edinburgh Silber gewonnen hatte, habe ich die 2.000 Euro Preisgeld und das Geld aus dem Coaching verwendet, um für die Speedwall in Mariupol ein Autobelay und Griffe zu kaufen. Ich habe mir gesagt, dass das ein gutes Investment in meinen nächsten Sieg ist (lacht). Und dass es dem Nachwuchs hilft.

Wurde die Wand beim russischen Angriff auf Mariupol zerstört?

Soweit ich weiß, nicht. Sie ist besetzt. Und wird vom russischen Verband genutzt.

Der Verband, der nach der russischen Besetzung der Krim und der Ausru-

fung der prorussischen Volksrepublik Donezk auch dich umworben hat.

Ich komme ja ursprünglich aus Donezk. Schon 2015 bekam ich Angebote aus Russland und aus dem russisch kontrollierten Donezk. Aber ich habe keine Millisekunde daran gedacht, das anzunehmen. Donezk gehört zur Ukraine. Und ich bin Ukrainer. Für mich und die Menschen aus Donezk hat der Krieg nicht erst 2022, sondern acht Jahre früher begonnen.

Im Film „Climbing never die“, den Matt Groom auf deine Einladung hin realisiert hat, sieht man, wie in der Ukraine trotz des Krieges geklettert wird. Was hat sich seitdem verändert?

Nicht viel. Oft sind die Bedingungen sogar noch schwieriger geworden. In Dnipro wird ohne Licht und ohne Heizung geklettert – weil es keinen Strom gibt. Zum Teil war dieser Winter noch



Claus Lochbihler im Interview mit Speedkletterer Danyil Boldyrev. Foto: Michael McKee

„Er war durch und durch Pazifist.“

„Das sind Kinder, die oft gar nicht mehr abschalten ... können, die den Glauben an den nächsten Tag verloren haben. Der nächste Versuch am Boulder kann ihnen diesen Glauben zurückgeben – auch wenn es nur für zwei Stunden ist.“

härter als der vorletzte, weil Russland so viel von der ukrainischen Infrastruktur für die Energieversorgung zerstört hat. Ganz schlimm ist es in Charkiw – da gibt es besonders viele russische Raketen- und Artillerieangriffe.

Dort ist auch der Klettergym von Oleksandr Zakolodniy, der – wie seine Familie, die sich in den Westen des Landes geflüchtet hatte – im Film vorkommt: Zwischen Einsätzen an der Front trainierte er Kinder in seinem Klettergym Vertykal. Ein paar Monate nach den Filmaufnahmen ist Oleksandr an der Front bei Solodar gefallen, zusammen mit seinem Kletterpartner.

Oleksandr war eine Legende. Als Alpinist, aber auch als jemand, der wirklich viel für das Klettern in der Ukraine getan hat, besonders für die Kinder. Wir haben uns 2013 kennengelernt, weil damals in Charkiw eine Speedwall entstanden ist. Und ich dort Trainings gegeben habe. Bei Wettkämpfen durfte ich bei ihm wohnen, weil ich damals kein Geld für ein Hotel hatte.

Warum ist es wichtig, dass Kinder mitten im Krieg klettern oder bouldern?

Weil sie beim Klettern oder Bouldern wenigstens für ein, zwei Stunden den Krieg vergessen. Weil sie sich in einem Boulder so auf ihre Bewegungen konzentrieren, dass sie dabei sogar die Angst vor dem nächsten russischen Raketenangriff vergessen. Weil sie sich bewegen, während sie sonst in Wohnungen oder Kellern ausharren. Weil es ihnen ein Ziel gibt, und wenn es nur das ist, den blauen Boulder beim nächsten Mal zu schaffen.

Es gibt Kinder in der Ukraine, die fragen dich: Wird mich die nächste Rakete töten? Warum beschießen sie uns?

Das sind Kinder, die oft gar nicht mehr abschalten oder sich konzentrieren können, die den Glauben an den nächsten Tag verloren haben. Der nächste Versuch am Boulder kann ihnen diesen Glauben zurückgeben – auch wenn es nur für zwei Stunden ist.

Wie kann man der ukrainischen Kletterszene helfen?

Gerne durch Geld- oder Sachspenden. Zusammen mit Margarita, der Stieftochter von Oleksandr, haben wir kürzlich 6.000 Euro gesammelt. Geld, das wir für die Kletterausrüstung von Kindern verwendet haben, weil viele Eltern nicht mehr das Geld haben, um ihnen Kletterschuhe zu kaufen. Griffe und ein paar Seile haben wir davon auch gekauft. Uns ist aber auch mit gebrauchten Leihschuhen geholfen – von der Kletterhalle in München-Thalkirchen haben wir schon mal welche bekommen.

Wie bist du zum Klettern gekommen?

Ich habe schon immer viel Sport gemacht. Alles Mögliche von Judo bis Leichtathletik. Meine Mutter war Turn-Trainerin in einem großen Leistungszentrum. Da konnte man so ziemlich alles ausprobieren. Es gab auch eine Kletterwand, allerdings eine sehr bescheidene. Sie war nur acht Meter hoch und die Griffe waren aus Holz und Metall (lacht).

Klettern war damals bei uns in Donezk nicht sehr verbreitet. Aber mir hat es sehr gefallen. Auch wegen Kletterszenen in Filmen wie Mission Impossible oder Spiderman. Ich dachte damals, dass ich vielleicht so etwas wie der Spiderman der Ukraine werden könnte (lacht). Später sind wir dann auf die Krim zum Klettern gefahren. Da habe ich gemerkt, wie das Klettern Menschen aus aller Welt verbindet. Auch später war das für mich das Wichtigste: dass man Menschen aus aller Welt kennenlernt. Das war für mich wichtiger als die Medaillen oder dass man für sein Land antritt. Das Klettern hat es mir erlaubt, die Welt zu entdecken. Damit rechnest du nicht, wenn du aus Donezk stammst und deine Familie nicht besonders viel Geld hat.

„Climbing never die“: Was bedeutet der Titel des Films für dich persönlich?

Dass der von Putin begonnene Krieg wahnsinnig viel zerstört hat. Und zerstört. Auch viel von dem, was Leute wie Oleksandr und ich vor dem Krieg für

die ukrainische Kletterszene aufgebaut haben. Mit sehr viel Geduld und Einsatz. Aber dass trotz Krieg und Putin in der Ukraine weiter geklettert wird. Dass unsere Liebe zum Klettern so groß ist, dass wir selbst unter widrigsten Bedingungen trainieren.

Zuletzt ist Mitte Oktober Maksym (Maxim) Petrenko – bis dato der international erfolgreichste Kletterer der Ukraine – in Torezk bei einem russischen Mörserangriff ums Leben gekommen. Kanntest du auch ihn?

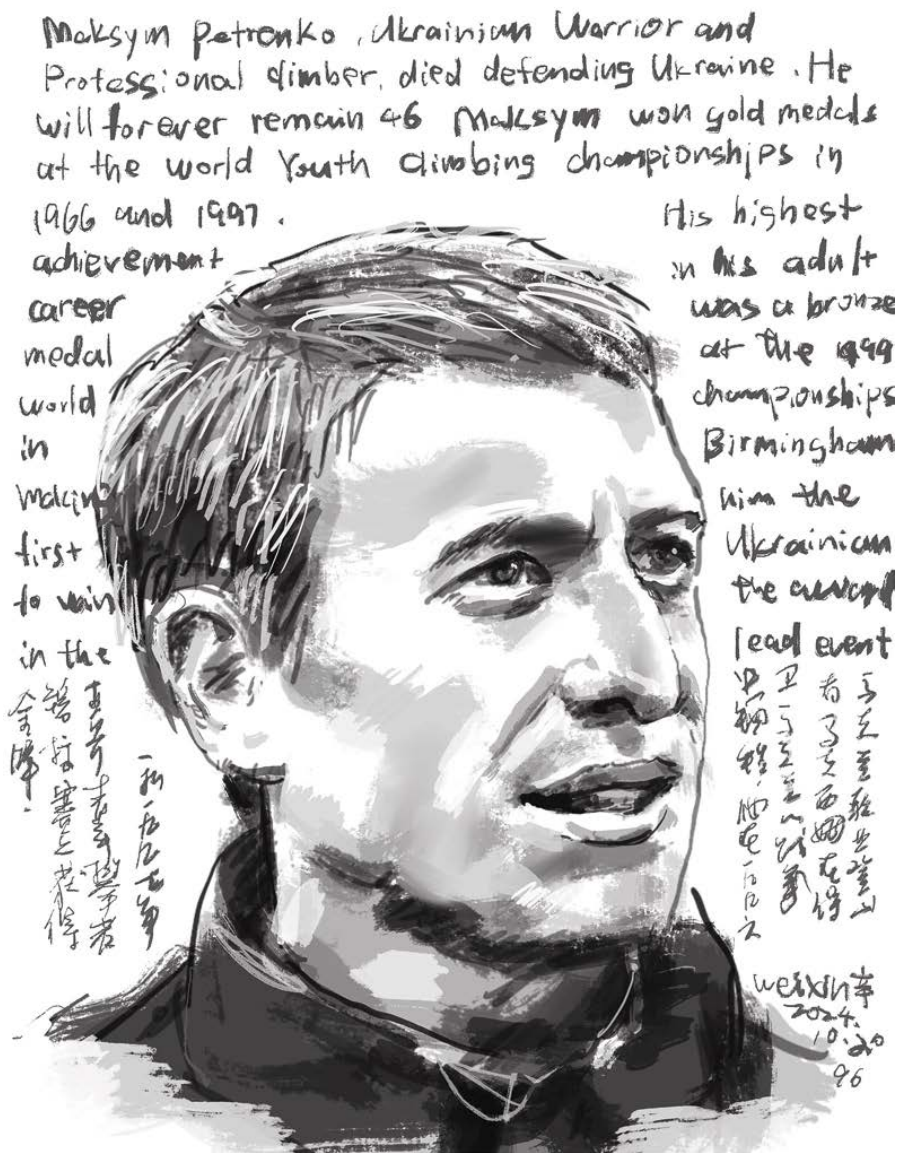
Wir waren Freunde. Als ich anfing, schwerere Routen am Fels zu klettern, gab mir Maks – wie ihn alle nannten – Technik- und Trainings-Tipps. Er war einer der offensten Kletterer, einer, der immer bereit war, Klettergeheimnisse zu teilen – was für andere manchmal ein Problem war. Als Mensch war Maks sehr ruhig. Jemand, der immer ein Lächeln im Gesicht trug.

Wollte er kämpfen – so wie Oleksandr Zakolodny?

Nein. Und meiner Meinung nach hätte der Verband einen so talentierten Kletterer, herausragenden Athleten, Routenbauer und Trainer vor dem Einsatz an der Front schützen müssen. Maksym kam einmal auf mich zu mit der Bitte, einflussreiche Personen im Sport zu kontaktieren, um ihm bei der Teilnahme an internationalen Wettbewerben zu helfen.

Ich habe mit diesen Personen gesprochen und sie haben mir klar gesagt, dass er willkommen wäre, wenn er vom Kletterverband als Trainer gelistet und autorisiert würde, mit dem Team in Trainingslager zu reisen. Soweit ich weiß, hatte Maks einmal sogar eine Einladung vom internationalen Verband als Routenbauer.

Ich glaube, dass das auch im Sinne unserer Soldaten an der Front gewesen wäre. Die meisten unterstützen den Sport. Sie wollen, dass unsere Trainer die jüngere Generation trainieren, damit es mit dem Sport in der Ukraine auch im Krieg weitergeht.



Der international erfolgreichste Kletterer der Ukraine, Maksim Petrenko, starb vergangenen Oktober an der ukrainisch-russischen Front. Illustration: Weixiart

„Ich hoffe auf dieses Jahr. Und dass wir eines Tages wieder normal und glücklich leben können.“

Warum hat das im Fall von Maks nicht geklappt?

Wir Kletterer oder jemand wie ich können natürlich nicht bestimmen, wer an die Front gehen soll und wer im Hinterland nützlich sein kann. Und schuld an seinem Tod ist – keine Frage – niemand anders als die russische Armee. Aber ich bin überzeugt, dass Maks als Trainer oder Routenbauer und Mitglied der Föderation viel mehr hätte beitragen können als an der Front.

Die ukrainische Föderation hätte klar machen müssen, dass Maks vom Team und von der Kletterszene der Ukraine gebraucht wird. So hätte er vor einem Einsatz an der Front bewahrt werden können. Ich kann nicht mit Sicherheit sagen, ob Maks so etwas mit ihnen ausgehandelt hat oder nicht. Ich weiß nur, dass Verbände die Menschen, die am meisten zu ihrer Entwicklung beigetragen haben, manchmal nicht so wertschätzen, wie sie das verdient haben. Wie auch immer. Maks, 1 Meter 70 groß und 50 Kilo schwer, wurde in den Krieg geschickt, obwohl er nicht kämpfen wollte. Maks hätte niemals von Angesicht zu Angesicht auf jemanden geschossen, nicht einmal auf einen Soldaten und Mörder der russischen

Besatzungsmacht. Er war durch und durch Pazifist. Und er war einzigartig. Er hätte für das Klettern in der Ukraine noch so viel bewirken können.

Was sind deine Hoffnungen und Sorgen für die Zukunft?

Als Sportler mag ich eigentlich keine Ängste und Sorgen. Wenn du als Sportler vor etwas Angst hast, tritt es manchmal nur deswegen ein. Aber es wäre natürlich seltsam, wenn ich in der Situation, in der sich mein Land befindet, keine Sorgen und Ängste hätte. Mir ist klar, dass es Putin nicht um dieses oder jenes Territorium geht. Es geht ihm um die Vernichtung der Ukraine. Das ist meine größte Sorge. Zugleich verbinde ich damit die Hoffnung, dass es Putin nie gelingen wird, die Ukraine zu vernichten. So wie es ihm auch nicht gelungen ist, die Ukraine in ein paar Tagen zu besiegen. Keine Frage: Es wird schwer für die Ukraine. Ich hoffe auf dieses Jahr. Und dass wir eines Tages wieder normal und glücklich leben können. Auch wenn es manchmal schwerfällt, daran zu glauben. Wir werden das erleben. Und uns daran erinnern, dass wir daran geglaubt haben. ■

Danyil Boldyrev



... geboren am 15. Mai 1992 in Donezk/Ukraine. Trat von 2006 bis 2023 für die Ukraine bei internationalen Speedkletter-Wettbewerben an. Verheiratet mit der Leichtathletin Alina Logvynenko, die mit der ukrainischen 400-Meter-Staffel bei den Olympischen Spielen von London (2012) Bronze gewonnen hat. Lebt und trainiert derzeit in Düsseldorf.

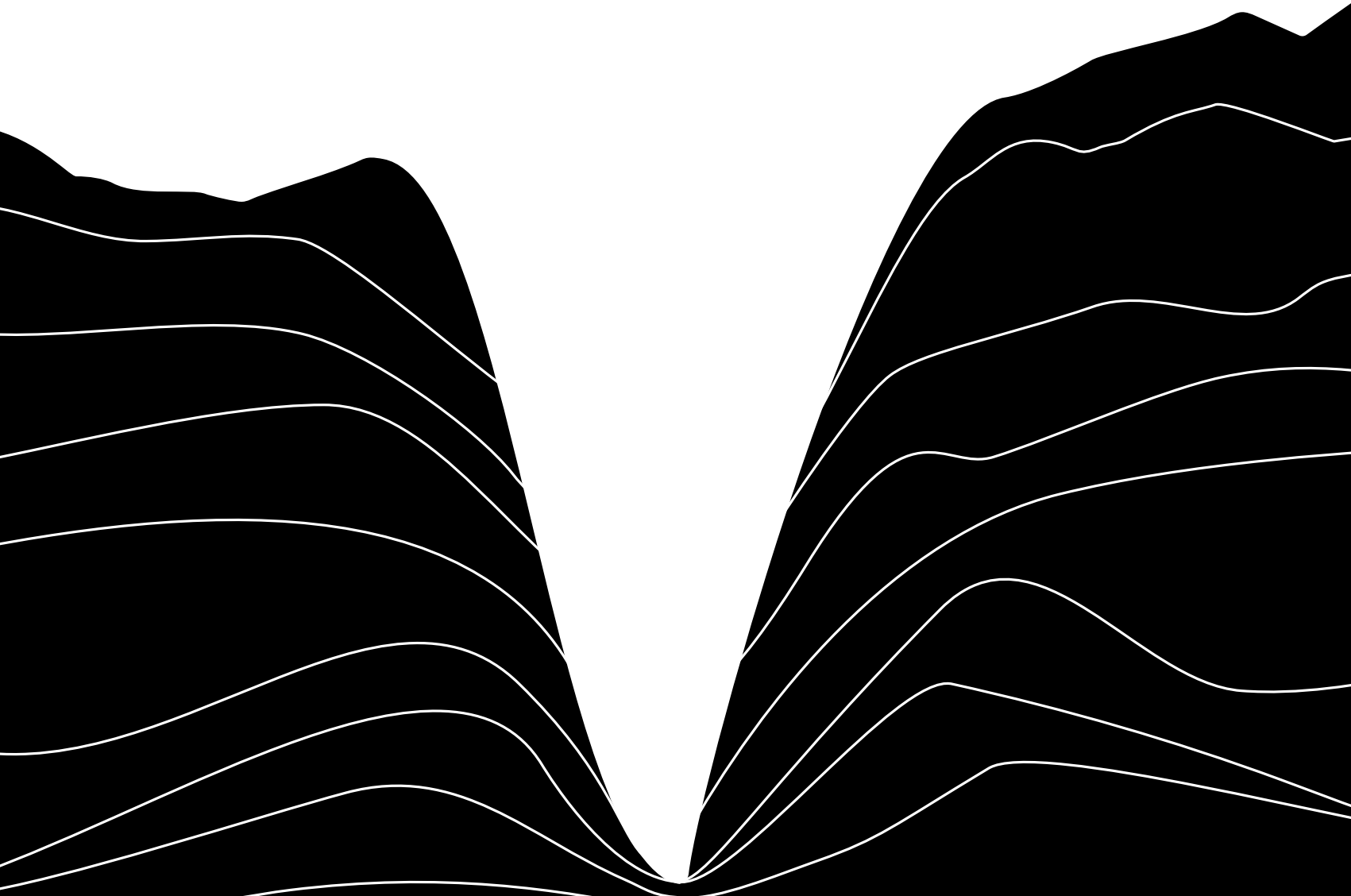
Foto: Michael McKee

SETZ AUF EARLY CHECK-IN

| Rise
| with the
| Mountain

MAMMUT





Fomo

94 Wo ich bin und du nicht

Margarete Moulin fühlt den sozialen Medien auf den Zahn und stellt fest: Es geht nicht unbedingt darum, andere an Erlebnissen teilhaben zu lassen. Das Bestreben, uns zu profilieren, uns abzuheben, treibt uns an – und löst in anderen die Angst aus, auf der Strecke zu bleiben. Helfen kann der Fokus nach innen, auf sich selbst und den Moment.

100 Angst, etwas zu verpassen?

Babsi Zangerl, Nicolas Hojac, Laura Dahlmeier und Hanspeter Eisendle verbindet natürlich der Berg – aber auch, dass sie alle ihre Social-Media-Kanäle selbst betreuen. Die vier erzählen von ihren Erfahrungen mit FOMO, dem Umgang mit sozialen Medien als Bergsport-Profi und davon, was ihnen bei ihrem Online-Auftritt wichtig ist.

108 Verrückt oder kalkuliert? ... oder Fomo?

Alex Honnold ist zweifellos einer der populärsten Kletterer überhaupt. Nadine Regel hat ihn in München zum Interview getroffen und in Erfahrung gebracht, wie das Free-Solo-Klettern mit Familie vereinbar ist und warum Alex seine Bildschirmzeit eingeschränkt hat.

11 Leben im Wärmetauscher

Mit sozialen Medien verbindet Tom Dauer fear of missing out weniger. Er beschreibt, wie er das Gleichgewicht zwischen Bergleben und Bergjournalismus wahrnimmt. Er fürchtet, dieses Gleichgewicht zu verlieren und „nicht mehr erleben zu können, was ich erzählen will“.

Wo ich bin und du nicht



Illustrationen: grafische auseinandersetzung – Anna Brunner



Unsere Autorin nutzt soziale Medien nicht. Die Außensicht erlaubt ihr, das komplexe Zusammenspiel von FOMO und sozialer Abgrenzung zu durchleuchten, das durch Instagram und Co befeuert wird. Der Spiegel, den man anderen vorhält, ist zugleich aber ein Brett vor dem eigenen Kopf – weshalb auch diese Polemik als Abgrenzungsversuch gelesen werden kann.

Von Margarete Moulin

Die Videos ähneln sich in ihrer Machart. Sie zeigen Menschen, die etwas Krasses tun. Eisklettern zum Beispiel. Man hört schweres Atmen. Dazwischen sagen die Menschen Sachen wie: „Woahh“, „Oh my god“, „Fuck!“ oder „Looks great“. Manchmal kleben sie in slow motion Steigfelle auf Skier. Oder sie blicken mit kantigem Gesichtsausdruck zu einem fernen Horizont. Am Gipfel klatschen sie sich ab. Dann stürzen sie sich Rinnen hinunter. Oder Hänge, über denen Wechten dräuen. Sie kurven schneestiebt durch Powder, begleitet von hämmernder „motivational music“, im Zweifel auch von Geigenklängen. Die Botschaft scheint eindeutig: Hier passiert etwas Heroisches. Es gibt diese Videos im Netz in allen Variationen: als Solokletterei, MTB-Downhill-Ritt oder Wingsuitflug. Nicht nur Profis, sondern auch Amateure breiten hier tausend- und abertausendfach ihre Bergsporterlebnisse aus – wenn auch in weniger extremer Form.

Es ist nichts dagegen einzuwenden, dass Menschen starke Eindrücke in der Natur erleben wollen. Dass sie in die Ferne schweifen und in die Höhe streben. Es ist verständlich, dass sie der Faszination der Berge erliegen. Deren Mächtigkeit und Höhe macht sie für viele so reizvoll. Berge bilden Grenzbereiche, mancherorts noch Wildnis. Bergsteiger suchen Schönheit, Erhabenheit, Kameradschaft ebenso wie Einsamkeit, manchmal eine Erfahrung an den Grenzen ihrer physischen

Existenz. Das alles ist legitim. Es ist auch nicht verwerflich, wenn Menschen von ihren Erlebnissen in Schrift und Bild berichten. Seitdem es den Alpinismus gibt, zeugen unzählige Regalmeter an Abenteuerbüchern von Heldinnen und Helden, die von ihren Siegen und Dramen erzählen. Schon die Pioniere des Alpinismus, Edward Whymper zum Beispiel oder die den Himalaya erforschenden Gebrüder Schlagintweit, dokumentierten ihre Expeditionen akribisch. Wobei sie sich weniger selbst inszenierten, als vielmehr die Welt verstehen und erschließen wollten.

Dieser Impuls änderte sich mit dem Aufkommen der Konsumgesellschaft im 20. Jahrhundert. In ihr rückt das Individuum in den Mittelpunkt. Identität wird zunehmend über Lifestyle und Konsum definiert – auch den Konsum von Erlebnissen. Mit der schier unendlichen Verbreitungsmöglichkeit in den sogenannten sozialen Medien hat auch das alpine Geschichtenerzählen eine völlig neue Dimension gewonnen. Denn mit den digitalen Plattformen findet sowohl jeder „Verrückte“ als auch „Durchschnittliche“ sein Podium. Und damit auch sein Publikum. Zugleich ist in der digitalen Ära das Individuum nicht nur Subjekt, sondern immer auch Produkt. Likes und Follower werden zu Indikatoren für persönliche Bedeutung. Zwar werden all die online verfügbaren Videos und Fotos „geshared“, also geteilt. Doch mit teilen im Sinne von teilhaben lassen hat das massenhafte Sendungsbewusstsein wenig zu tun. Ein häufig eintretender Effekt ist, dass sich die Rezipienten der Ich-Botschaften nicht beschenkt fühlen, sondern vielmehr von dem tiefen Unbehagen, ja von der Panik befallen werden, das wahre, das lebendige Leben sei da, wo die anderen sind. Und nicht dort, wo man gerade selbst ist: eingezwängt im Alltag, vielleicht knapp bei Kasse, mit einem Schnupfen auf dem Sofa, jedenfalls weit weg von Abenteuer, Exotik

oder gar Thrill. So lässt jeder Post die Furcht aufkeimen, all die Reisen und Landschaften, die andere plakativ ausbreiten, nie selbst erleben und sehen zu können. FOMO, fear of missing out, wird dieses Phänomen genannt.

Angst vor sozialem Ausschluss

Dr. Elisa Wegmann arbeitet als Kognitionswissenschaftlerin an der Universität Duisburg-Essen und forscht zu dieser Verhaltensauffälligkeit, die seit zehn Jahren wissenschaftlich untersucht wird. Ihr Forschungsobjekt definiert Wegmann so: „FOMO beschreibt die Angst, lohnende soziale Erfahrungen zu verpassen, was wiederum zu einer immer intensiveren Social-Media-Nutzung führen kann. Die Betroffenen versuchen auf diese Art an Erfahrungen teilzuhaben, die sie nicht real erleben können.“

Dabei sei der Wunsch, sich der Zugehörigkeit zur eigenen Gruppe zu vergewissern, nichts Krankhaftes. „Das Bedürfnis, sozial eingebunden zu sein, ist uns Menschen eingeschrieben“, sagt Elisa Wegmann. „Problematisch wird es erst, wenn dieses Bedürfnis nach Inklusion einen angstgetriebenen Charakter bekommt.“ Von FOMO im Zusammenhang mit einer exzessiven Social-Media-Nutzung spricht man, wenn Menschen in einen solchen Sog geraten, dass sie ihre Alltagsverrichtungen für ständige Checks sozialer Kanäle unterbrechen und zunehmend länger auf den Plattformen verweilen. Die sozialen Medien werden so zur digitalen Nabelschnur für ein Erleben aus zweiter Hand. Zusätzlich erzeugen die Plattformen den Druck, Posts sofort anzuschauen, da Inhalte nur für eine befristete Zeit abrufbar sind. Die Dauerberieselung befeuert ein ständiges Abgleichen des eigenen Lebens mit dem Leben anderer. FOMO umfasst also sowohl die Angst, reale Erfahrungen zu verpassen, als auch die Furcht, nicht auf dem Laufenden darüber zu sein, was andere

unternehmen. „Wir beobachten, dass FOMO in gesteigerter Form bei Menschen auftritt, die ein höheres Risiko für Depressionen, Ängste und Konflikte mit ihrer sozialen Umgebung haben“, sagt Wegmann. Ursächlicher Treiber ist die Vorstellung, dass andere Spaß, Gemeinschaft, Erfolg und Anerkennung erleben, während man selbst außen vor bleibt.

Ich häng dich ab! – Selbstaufwertung durch soziale Abgrenzung

Das Urbedürfnis nach Kontakt und Zugehörigkeit begleitet uns als Menschen und Säugetiere seit vorgeschichtlicher Zeit. Aber echte Verbundenheit findet in unserer konkurrenz- und leistungsorientierten Gesellschaft nur wenig Platz. Stattdessen soll man ständig sein „best possible self“ präsentieren. Ein soziokulturelles Phänomen wirkt dem Wunsch nach Dazugehören besonders entgegen: der Distinktionsgewinn. Hinter dem sperrigen Namen steckt das Streben, einen Vorsprung vor seinen Mitmenschen zu haben, diese auf Abstand zu halten, ihnen das Gefühl zu geben, ins Hintertreffen zu geraten. Der französische Soziologe Pierre Bourdieu hat sich in den 1970er-Jahren mit dieser Technik der sozialen Abgrenzung befasst. Er zeigte auf, dass Distinktion, soll sie wirken, auch sichtbar gemacht werden muss, beispielsweise durch den Erwerb statusgeladener Objekte oder das Zurschaustellen eines Lebensstils. Distinktion bedient den In- und Outgroup-Effekt, indem sie vermittelt: „Ich gehöre zu dieser Gruppe – und du nicht.“ Distinktionsgewinn zeigt sich auch im Verbreiten passender Narrative. Wichtig ist dabei, die Erzählungen an die eigene Bezugsgruppe zu adressieren. Jemandem, der gern in einem All-inclusive-Resort Urlaub macht, von einer heiklen Fels-Eis-Mixed-Tour zu erzählen, wird wenig Wirkung zeigen. Und spirituelle Sinnsucher punkten in ihrer Community besser mit Geschichten aus Ashram bei Meistergurus. Ziel ist

immer, sich in der Hierarchie der eigenen Community nach oben zu bewegen. Stephan Orth, Autor von „Couchsurfing im Iran“, beschreibt dieses Phänomen selbstironisch: Wer unter Backpackern wirklich punkten will, muss in Länder reisen, für die es eine Reisewarnung gibt. Afghanistan bringt mehr „Punkte“ als Kuba.

Die geposteten Fotos sind dabei die eigentlichen Träger der Botschaft. Der Blick durch die Linse, geschult durch Werbeanzeigen der Outdoor-Industrie, inszeniert und kuratiert die Botschaft. Scheußliches und Banales bleibt dabei außen vor. Me, Myself and I werden mit dem Selfiestick vor dem richtigen Hintergrund platziert. Raum und Erleben bekommen etwas Exklusives: Wo ich bin – und du nicht. Der Schweizer Psychoanalytiker Arno Gruen beschrieb es so: „Distinktionsdenken ist Gewalt.“ Denn es lenkt den Blick weg von den wirklich wichtigen Dingen wie Teilhabe, Freundschaft und gelungener Kommunikation. Dabei beurteilte Gruen Distinktionsstreben nicht als Zeichen von Stärke, sondern als Symptom innerer Unsicherheit und Abhängigkeit.

Kerstin Uvnäs-Moberg ist Professorin für Physiologie, bekannt wurde die Schwedin für ihre bahnbrechende Forschung zum Hormon Oxytocin und dessen Bedeutung für soziale Bindungen und Stressreduktion. Sie beschreibt ein Phänomen: Wenn eine Person Vorfrende und etwas Aufregung in Erwartung eines Gesprächs empfindet, schüttet der Körper zunächst Oxytocin aus, aber auch Cortisol, ein Stresshormon. Bleibt die Person jedoch auf ihrer Hoffung sitzen, weil das Gegenüber nicht in Resonanz mit ihr tritt, sondern lediglich Informationen übermittelt, sinkt der Oxytocinspiegel, während der Cortisolspiegel steigt. Zurück bleibt Frust. „Die Suche nach Nähe über soziale Medienkanäle ist zum Scheitern verurteilt“, sagt Forscherin Uvnäs-Moberg.



Wer nicht mehr auf Tuchfühlung mit sich selbst ist, sondern nur das Ziel verfolgt, ein noch aufregenderes Leben zu inszenieren, droht eines Tages daran zu zerbrechen, ja sich selbst zu gefährden.

„Wir sind biologische Wesen und können unser Bedürfnis nach Zugehörigkeit nur stillen, wenn wir wirklichen Kontakt herstellen, die Stimme des anderen hören, ihm in die Augen schauen oder ihn berühren.“

Wer nicht mehr auf Tuchfühlung mit sich selbst ist, sondern nur das Ziel verfolgt, ein noch aufregenderes Leben zu inszenieren, droht eines Tages daran zu zerbrechen, ja sich selbst zu gefährden. Dazu sagt die Kognitionswissenschaftlerin Elisa Wegmann: „Es könnte sein, dass die Kombination aus FOMO und dem Wunsch nach Distinktionsgewinn die Entscheidung begünstigt, sich auf riskante Unternehmungen einzulassen, und das Posten solcher Aktivitäten wiederum FOMO bei anderen Menschen auslöst.“ Darauf verweist eine US-amerikanische Studie zum „Risikotourismus“ von Michelle R. Holm und Kollegen, erschienen 2017 in der Zeitschrift „Tourism Management“. Der Begriff „Risikotourismus“ bezeichnet dabei Aktivitäten, bei denen der Teilnehmer in Kauf nimmt, dass der Mangel an Fertigkeit, dem Risiko zu begegnen, eine gravierende körperliche Verletzung oder sogar den Tod mit sich bringen kann. Die Macher der Studie beschreiben folgenden Effekt: „Reisen bringen ein gesteigertes Bewusstsein für die Flüchtigkeit des Augenblicks hervor. Dies führte dazu, dass Einzelpersonen erlebten, was einige als ‚FOMO‘ (fear of missing out) bezeichnen. Ermutigt von anderen Reisenden, aus Angst, etwas zu verpassen, und mit dem Wunsch, eine neue Identität zu formen, wurden Einzelpersonen offener für verschiedene Reiseerfahrungen, selbst wenn diese als leicht riskant wahrgenommen wurden.“

Das Unverlierbare

Wer merkt, dass sich bei ihm FOMO einschleicht, dem eröffnet sich ein Ausweg, nämlich sich auf sich selbst

zu konzentrieren. Damit ist keine Nabelschau gemeint, sondern eine Selbstbefragung: Warum springe ich so an auf das, was andere tun? Wonach hungert mich wirklich, wenn mich die Jagd nach neuen Erlebnissen nie sättigt? Um ein Eingeständnis kommt man dabei nicht herum: nämlich anzuerkennen, dass die Angst, etwas zu verpassen, weniger durch äußere Umstände – wie Aktivitäten oder Posts anderer – gesteuert wird, sondern mit den eigenen inneren Bedürfnissen zu tun hat.

Bisher gibt es keine dezidierte Anti-FOMO-Therapie. Betroffenen wird der Rat gegeben, verschiedene Kanäle nicht mehr zu abonnieren, Achtsamkeitsübungen zu machen und sich in „JOMO“ zu üben, der „joy of missing out“. Nun sind aber Dankbarkeitstagebücher und Atemübungen nicht jedermanns Sache. Vielleicht liegt für Bergliebhaber das Heil mehr im Kern des Bergsteigens: dem intensiven, analogen Erleben von Natur und Gemeinschaft. Schon Walter Bonatti betonte in seinen Schriften, dass der wahre Wert des Bergsteigens im persönlichen Erlebnis liege und nicht in dessen öffentlicher Wahrnehmung. Wahre Höhe misst sich eben nicht in Metern oder Followern, sondern in den Momenten, die uns mit uns selbst und unserer Umgebung verbinden.

Und diese glücklichen Augenblicke sollte man nicht zu Posts verwursten, sondern bewusst leben: die Freude am eigenen Körper im Kontakt mit dem Fels. Das „Schhhh“, wenn Skier durch Oberflächenreif gleiten. Das wilde Entzücken über einen Tiefblick. Die Dohle, die sich auf schnellen Schwingen in die Luft wirft. Oder der kleine Kloß im Hals auf dem ersehnten Gipfel, wenn wir aus dem Mund eines Menschen, der uns wichtig ist, hören: „Berg Heil!“ Dann weicht die Angst und macht Platz für das Unverlierbare, das uns die Berge schenken können. ■

Vielleicht liegt für Bergliebhaber das Heil mehr im Kern des Bergsteigens: dem intensiven, analogen Erleben von Natur und Gemeinschaft.





Babsi Zangerl

Angst, etwas zu verpassen?

Das ist die Essenz von FOMO – der Fear of Missing Out. Vier Größen der Bergsportszene haben uns erzählt, welchen Stellenwert Social Media in ihrem Alltag und ihrer Arbeit hat, wie sie mit der Versuchung umgehen, ständig online zu sein, und welche Vorteile, aber auch Nachteile sie in der digitalen Welt sehen. Spannend dabei: Alle vier betreiben ihre Social-Media-Kanäle selbst.

Protokolle von Nadine Regel

Babsi Zangerl, 36 Jahre alt, Arlbergerin, ehemals Boulder-Profi, heute eine der erfolgreichsten Big-Wall-Kletterinnen der Welt.

„Ehrlich gesagt, kenne ich diese Angst nicht. Ich lasse mich nicht so von Social Media beeinflussen, aber es gehört als Profi einfach dazu, präsent zu sein. Social Media hat großen Einfluss auf andere Menschen, etwa wenn jemand an einem bestimmten Ort mit perfekten Bedingungen klettert. Dann wollen andere dort auch hin. Aber es gibt immer das Risiko, dass Menschen sich überschätzen, weil sie nur das Endergebnis sehen – das perfekte Bild, den gelungenen Versuch –, aber nicht die Rückschläge und die Herausforderungen. Beim Klettern ist das Risiko vielleicht etwas kleiner, weil man schnell merkt, wenn man an seine Grenzen kommt.

Aber bei anderen Sportarten, wie zum Beispiel Paragliden oder Skifahren, kann das gefährlicher sein. Man sieht vielleicht jemanden eine unberührte Abfahrt fahren oder von einem Gipfel starten und denkt, man könnte das auch, ohne die Risiken zu kennen. Man muss sich bewusst sein, dass Social Media nicht die Realität zeigt. Jeder ist für sich selbst verantwortlich.

Früher gab es Social Media nicht, da musste man sich mehr auf sein eigenes Gefühl verlassen. Heute ist die Welt durch Social Media visuell greifbarer, aber die perfekten Bilder verleiten oft dazu, die Risiken zu unterschätzen. Früher hat man seine Geschichten über Magazine erzählt, aber die gibt es immer weniger. Heute ist Social Media das einfachste Tool, um Leistungen oder Projekte zu teilen. Für mich ist wichtig,

dabei authentisch zu bleiben. Ich poste gerne über meine Projekte und Reisen, weil es sich gut und natürlich anfühlt. Aber wenn ich zu Hause in der Halle trainiere, denke ich oft: Wen interessiert das? Das fühlt sich nicht authentisch an, und deshalb poste ich das eher selten. Ich möchte nicht auf die ‚Influencer-Schiene‘, bei der alles perfekt inszeniert sein muss.

Für mich steht bei meinen Projekten immer mein persönliches Ziel im Vordergrund, und Social Media läuft nebenbei mit. Social Media hat den Sport gerade für Freestyle-Aktivitäten wie Felsklettern oder Freeriden zugänglicher gemacht und ermöglicht es mehr Menschen, davon zu leben. Aber ich finde, dass es nicht immer nur um Rekorde gehen sollte. Über das Scheitern kann man auch gute Geschichten erzählen.“

Babsi Zangerl kletterte im Herbst 2024 in der Route Freerider den ersten Flash der Geschichte am El Capitan im Yosemite Valley. Foto: Hires-Highpoint-Productions

Nicolas Hojac ist gerne schnell und leicht am Berg unterwegs, wie hier bei seinem jüngsten Projekt im Berner Panorama. Foto: Thomas Senf



Nicolas Hojac

Nicolas Hojac, 32 Jahre alt, Schweizer (Speed-)Bergsteiger, Ausbildung im SAC-Expeditionsteam. Expeditionen nach Indien, Pakistan, China, Nepal und Patagonien.

„FOMO kenne ich weniger von Social Media, sondern eher vom Wetterbericht. Zum Beispiel steht im Frühjahr ein neues Projekt in den Alpen an. Dafür halte ich mir zwei Monate frei, um ganz flexibel auf das Wetter reagieren zu können. Sonst habe ich Angst, ein gutes Wetterfenster zu verpassen. Aber es ist nicht so, dass ich durch Social Media scrolle und das Gefühl habe, etwas verpasst zu haben, wenn andere guten Schnee oder ideale Bedingungen in der Eiger-Nordwand hatten. Bei manchen kommt da auch ein bisschen Neid auf. Wenn eine Seilschaft etwas Cooles gepostet hat, versuche ich, das in Relation zu setzen. Mit mir sitzen dann wahrscheinlich 10.000 andere auch zu Hause und haben es verpasst. Es ist

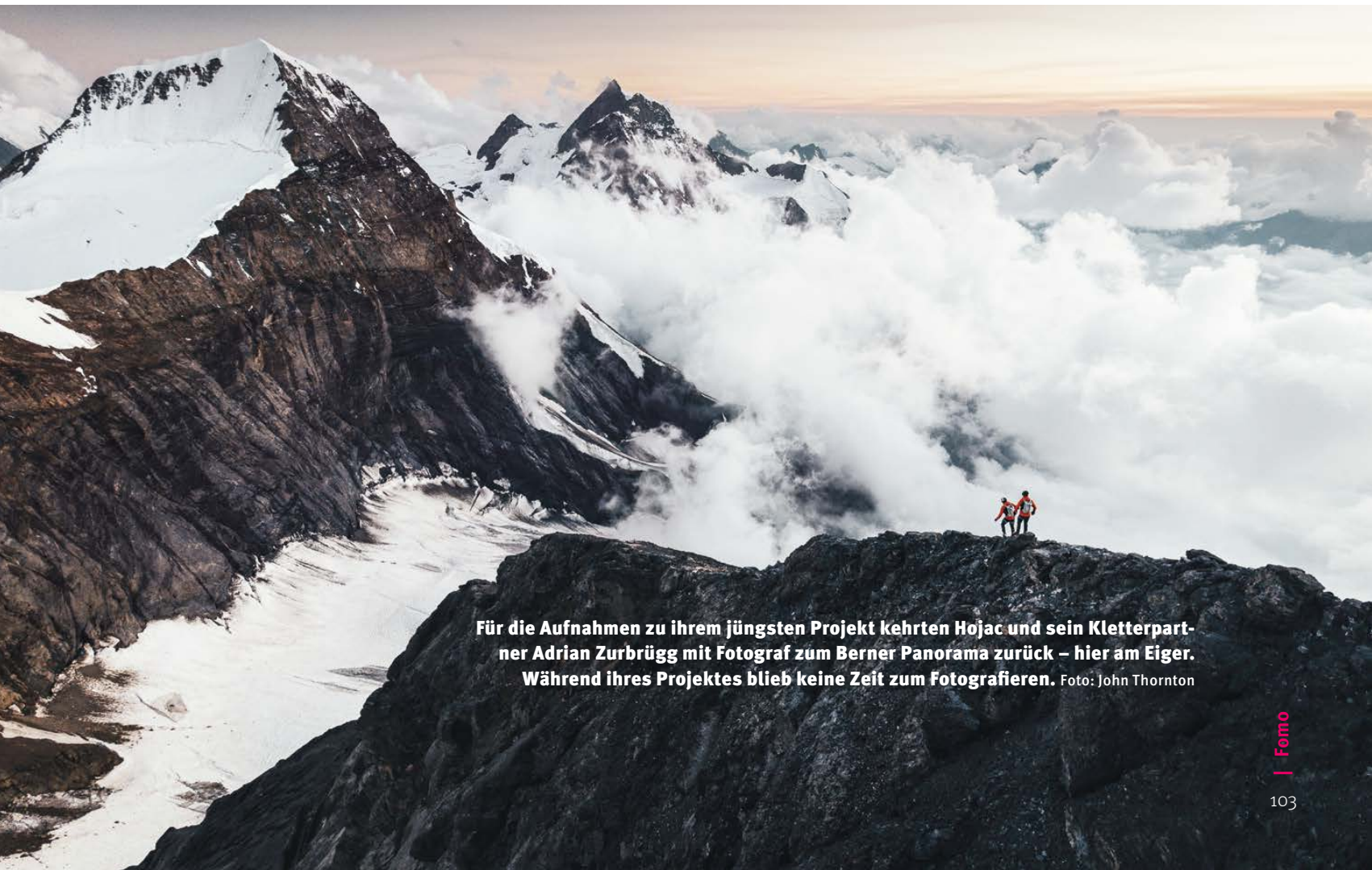
nicht so, dass Zehntausende die coolsten Routen geklettert sind und ich der Einzige war, der zu Hause geblieben ist.

Social Media spielt aber leider auch bei mir eine große Rolle. Als Profi gehört es dazu. Ich betreue meinen Insta-Kanal selbst, obwohl ich ihn gerne abgeben würde. Aber so bleibt es authentischer und ich kann auf Nachrichten und Kommentare aus der Community antworten. Das ist auch eine Art der Wertschätzung. Wenn ich auf Speed-Projekten unterwegs bin, komme ich gar nicht dazu, viel Material zu sammeln. Im Sommer habe ich mit Adrian Zurbrugg das Berner Panorama, also zehn Gipfel, in 37 Stunden und fünf Minuten nonstop überschritten. Du bist da permanent in ausgesetztem Gelände unterwegs und hast keine Zeit für Fotos. Wir sind dann später noch mal mit einem professionellen Film- und Fototeam zurückgekehrt, um Material aufzunehmen. Für mich ist es schöner, ein Projekt ohne

Kamerabegleitung umzusetzen, weil ich es in erster Linie für mich mache. Ich will herausfinden, ob das, was ich mir vornehme, überhaupt möglich ist. Im Zweifel kann ich ein Projekt aus Sicherheitsgründen auch abbrechen.

Ich denke, dass Social Media das Bergsteigen stark verändert hat. Wenn jemand etwas postet, bekommt die ganze Welt es mit und die Routen werden überlaufen. Besonders beim Klettern von Nordwänden und beim Eisklettern merke ich das sehr. Es kommt vor, dass Leute mir Informationen geben, aber mit der Bitte, diese nicht in den sozialen Medien zu teilen. Durch den Klimawandel verschärft sich das noch, weil zum Eisklettern immer weniger Zeit im Jahr bleibt. Auch ich habe schon Situationen erlebt, in denen nach uns noch einige Seilschaften in einen Eisfall eingestiegen sind. Wir sind dann lieber vorzeitig umgekehrt, um uns nicht in eine gefährliche Lage zu bringen.“

Auf seine Ziele fokussiert: Nicolas Hojac hat eher Angst, ein gutes Wetterfenster zu verpassen, als dass er neidisch auf andere Seilschaften wäre. Foto: Thomas Senf



Für die Aufnahmen zu ihrem jüngsten Projekt kehrten Hojac und sein Kletterpartner Adrian Zurbrugg mit Fotograf zum Berner Panorama zurück – hier am Eiger. Während ihres Projektes blieb keine Zeit zum Fotografieren. Foto: John Thornton



Laura Dahlmeier

Um den Rekord ging es Laura Dahlmeier an der Ama Dablam in Nepal eigentlich nicht. Sie wollte einfach nur sehen, was geht. Ihr gelang mit 12:01 Stunden die Frauenbestzeit. Foto: Philip Flämig



Laura Dahlmeier, 31 Jahre alt, ehemalige Biathlon-Weltmeisterin und Olympiasiegerin aus Garmisch-Partenkirchen, heute privat und als Bergführerin in den Bergen unterwegs.

„Um ehrlich zu sein, musste ich FOMO erst googeln. Social Media spielt eine wichtige Rolle in meinem beruflichen Alltag, gerade als Bergsportlerin und Markenbotschafterin. Es ist Teil meiner Arbeit geworden und ersetzt für mich die klassische Homepage. Es bietet mir die Möglichkeit, meine Erlebnisse mit der Community zu teilen und selbstbestimmt zu posten. Mit Social Media kann ich meine Geschichten selbst erzählen, anders als in Magazinbeiträgen oder in Zeitungen, wo andere über mich schreiben. Für mich überwiegen

die Vorteile, auch wenn Social Media manchmal eine zu große Bedeutung einnimmt. Ich betreue meinen Instagram-Kanal selbst, nur gelegentlich übernimmt meine Managerin etwas, wenn ich keine Zeit habe. Früher hatte ich eine Agentur mit Redaktionsplan, aber das hat für mich nicht funktioniert, da ich mein Leben nicht so durchplanen kann und will.

Ich will nicht dazu gezwungen sein, für Bilder eisklettern zu gehen, wenn ich an diesem bestimmten Tag lieber Skitour gehen will. Wichtig ist mir, dass Social Media mir entspricht – es macht mir Spaß, aber ich will mich nicht unter Druck setzen lassen, ständig perfekte Bilder zu liefern. Ich mache die Touren, weil ich Freude daran habe, nicht zur

Inszenierung. Oft ist mein Handy dabei aus. Wenn sich gute Fotos ergeben, entstehen sie meist nebenbei. Social Media hat den Bergsport definitiv verändert. Viele Menschen nutzen Plattformen wie Instagram nicht nur zur Inspiration, sondern auch zur Recherche über Tourenbedingungen. Das kann zu einem ‚Run‘ auf bestimmte Orte führen, was problematisch ist – vor allem bei riskanten Touren oder sensiblen Bedingungen wie Neuschnee. Deshalb überlege ich genau, was ich poste. Oft teile ich Bilder erst, wenn die Bedingungen sich geändert haben, um Nachahmer zu vermeiden. Als Markenbotschafterin habe ich da eine gewisse Verantwortung. Trotzdem möchte ich über meinen Kanal niemanden belehren.“

Nadine Regel arbeitet als freie Journalistin meist für die SZ und bergundsteigen. Als begeisterte Kletterin beackert die studierte Politologin am liebsten Bergthemen.



FOMO musste die Garmisch-Partenkirchnerin erst googeln. Was sie postet, überlegt sich Laura Dahlmeier ganz genau, weil Social Media zunehmend auch als Recherche-Tool für Bedingungen am Berg genutzt wird. Foto: Philip Flämig

Hanspeter Eisendle, 68 Jahre alt, aus Sterzing in Südtirol, Bergführer und Kletterer, Freikletterpionier an den Dolomitenwänden, in jungen Jahren an diversen Himalaya-Expeditionen beteiligt.

„Aus meiner Sicht hat sich das Bergsteigen durch die ständige Erreichbarkeit und die permanente Kommunikation über Social Media grundlegend verändert. Früher war ein echtes Abenteuer immer auch mit einem gewissen Maß an Isolation verbunden. Ich konnte mich voll und ganz auf die Natur und die Herausforderungen konzentrieren, die der Berg mir stellte. Genau das macht für mich den Wert des Bergsteigens aus. Heute jedoch bleibt man selbst in den entlegensten Regionen der Welt immer in Verbindung mit der Außenwelt. Social Media schmälert das Abenteuer. Man ist ständig erreichbar, bekommt Updates und tauscht sich in Echtzeit aus. Es gibt diesen Drang, alles sofort zu teilen, zu posten und zu zeigen, was man gerade erlebt. Aber ich will die Vergangenheit nicht idealisieren – früher war nicht alles besser. Die Welt ändert sich ständig mit uns, und es ist nicht möglich, die Zeit zurückzudrehen. Man passt sich an, nutzt die neuen Möglichkeiten – und wenn es zu viel wird, kann man sich auch zurückziehen.“

Ich sehe mich als Bergsteiger und Bergführer. Mit 200 bis 250 Tagen an geführten Touren im Jahr ergänzt sich das sehr gut. Dadurch brauche ich auch keine ständige Präsenz in den sozialen Netzwerken. Tatsächlich bin ich mittlerweile an einem Punkt, an dem ich eher Werbung abbauen muss, weil ich nicht allen Anfragen gerecht werden kann. Von meinen größten und wildesten Abenteuern gibt es übrigens keine Bilder – da war ich mehr damit beschäftigt, zu überleben. Bei den jüngeren Bergführern ist das anders. Für sie ist Social Media ein wichtiges Mittel, um überhaupt erst Bekanntheit zu erlangen.

Anders als etwa beim Ski-Weltcup lässt sich das Bergsteigen nicht messen oder vergleichen. Im Grunde bemisst sich der Wert einer Unternehmung nach der

Hanspeter Eisendle



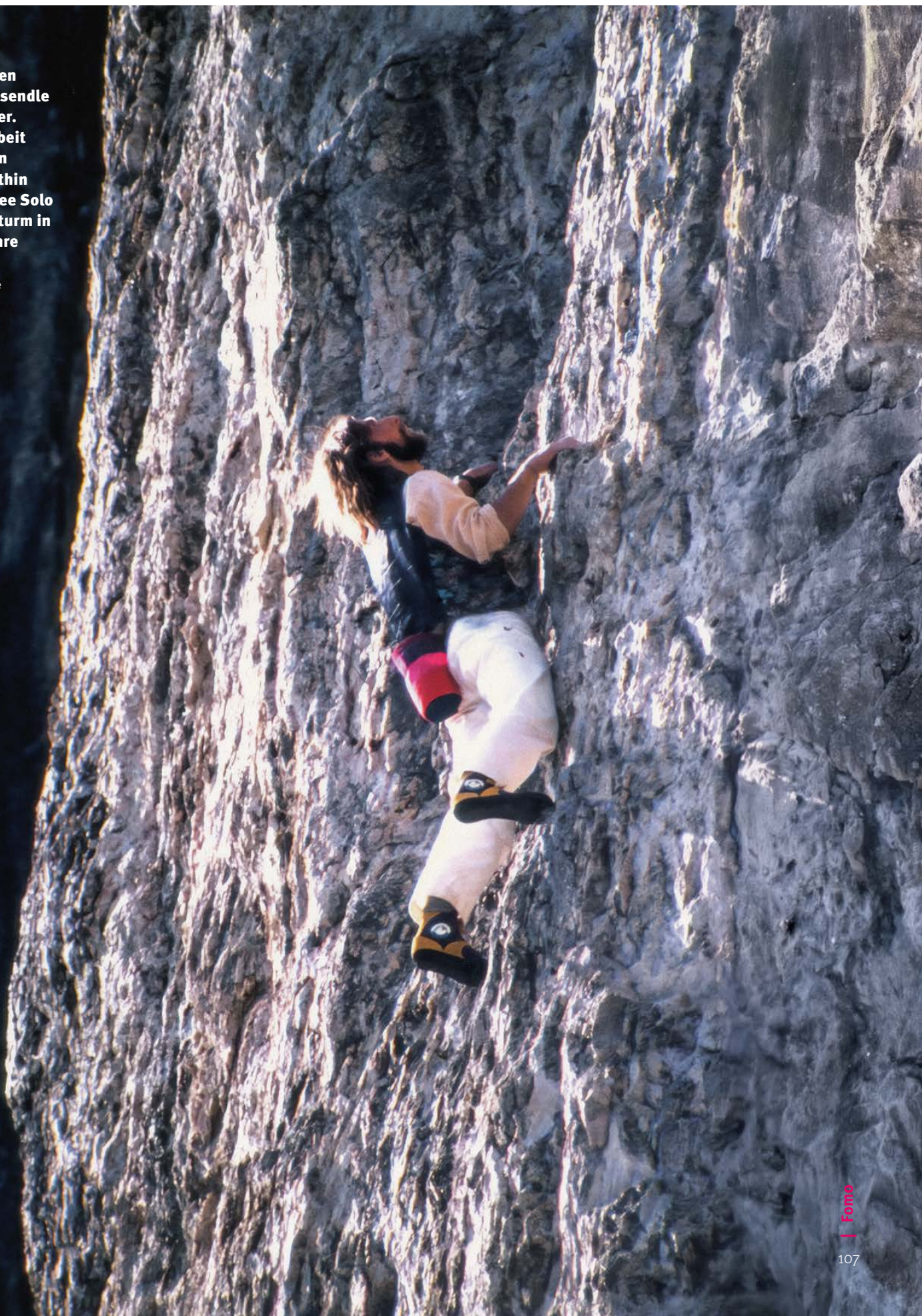
Guter Content bedeutet für Hanspeter Eisendle nicht nur gutes Fotomaterial, sondern auch, eine inspirierende Geschichte zu erzählen. Foto: Archiv Eisendle

Geschichte, die man erzählen kann – und heute spielen dabei auch Bilder und Filme eine große Rolle. Reinhold Messner, mit dem ich auf einigen Expeditionen unterwegs war, war einer der ersten ‚Berg-Influencer‘. Er hat das Bergsteigen extrem geprägt, etwa indem er den Alpinstil in den Himalaya übertragen hat. Aber er hat erst geliefert und dann erzählt. Heute ist das

anders. Durch Social Media entsteht oft der Druck, schon vorab zu erzählen, wohin man fährt, währenddessen aus dem Zelt zu berichten und anschließend die Geschichte auszuschnüffeln. Das setzt einen unter Druck und kann es erschweren, vor Ort vernünftige Entscheidungen zu treffen. Ich würde mir wünschen, dass die Geschichten wieder mehr in die Tiefe gehen.“ ■

**Von seinen harten
Projekten hat Eisendle
nur wenige Bilder.
Seine Pionierarbeit
in den Dolomiten
ist dennoch weithin
bekannt: hier Free Solo
am ersten Sellatum in
der Schober-Führe
(VII) 1982.**

Foto: Archiv Eisendle



Verrückt oder kalkuliert? ... oder Fomo?

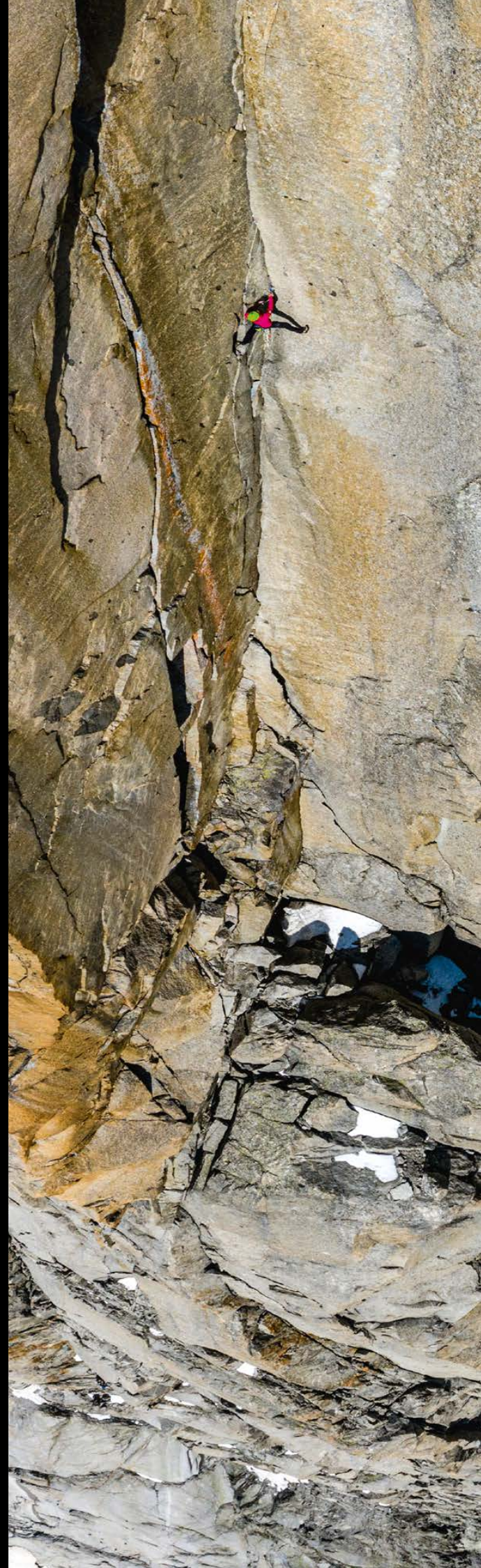
Unbestritten ist, dass Alex Honnold, 39, zu den besten Free-Solo-Kletterern aller Zeiten gehört. Weltweite Bekanntheit erlangte er durch seine Free-Solo-Begehung des El Capitan im Yosemite Nationalpark über die Route Freerider im Jahr 2017.

Interview von Nadine Regel

Die dazugehörige Dokumentation Free Solo erhielt zwei Jahre später einen Oscar. Nicht zuletzt der Film regte eine Diskussion darüber an, ob Alex Honnold überhaupt dazu in der Lage ist, Angst zu empfinden. Eine Neurobiologin lieferte daraufhin eine Antwort: Honnolds Amygdala – der Teil des Gehirns, der Angst auslöst – reagiert selbst in angsteinflößenden Momenten nicht. Auf die Reizüberflutung durch Social Media reagiert sein Gehirn jedoch sehr wohl. Laut eigenen Angaben hat er seinen Konsum bereits 2021 stark reduziert. Seinen Instagram-Account betreibt Honnold seit 2012, mittlerweile folgen ihm 2,7 Millionen Menschen.

Wir haben Honnold in München am Rande der We Choose Earth Tour interviewt, einer Konferenz zu erneuerbaren Energien, initiiert vom globalen Energiekonzern EDP. Der Klimaschutz liegt Honnold sehr am Herzen. Seit Jahren setzt er sich aktiv für den weltweiten Umstieg auf Solarenergie ein und betreibt zu diesem Zweck eine gemeinnützige Stiftung – die Honnold Foundation. Im Interview spricht er über sein Leben mit zwei kleinen Töchtern, über die Gründe, warum er jetzt mit dem Rope Solo begonnen hat, und darüber, wie er seine eigene Vorbildrolle sieht.

Spoiler: Bei der Frage, ob er seine Töchter beim Free Solo unterstützen würde, kam er ins Schwitzen.





Alex Honnold ganz weit oben in der American Direct an der Petit Dru in Chamonix.

Foto: Renan Ozturk



Nadine Regel ist begeisterte Kletterin und Journalistin und viel lieber mit Seil unterwegs als ohne.

„Social Media hatte mich komplett in Beschlag genommen und meine Aufmerksamkeit aufgesogen. Danach fühlte ich mich schlecht.“

Alex, du hast dich mal in einem Interview darüber beschwert, dass immer alle nur über das Risiko deines Sports reden wollen und niemand über deine Begeisterung fürs Free-Solo-Klettern. Was gefällt dir an deinem Sport?

Es ist einfach so cool, wie könnte ich es nicht lieben? Free-solo verlangt etwas mehr von einem und ist auch ein bisschen lohnender. Aber um das klarzustellen: Ich klettere nur manchmal Free Solo. Es ist also wie etwas, was man zu einem besonderen Anlass macht, wie der Super Bowl oder eine Weltmeisterschaft, einfach mein Höhepunkt des Jahres.

Waren deine Free-Solo-Begehungen am East Buttress an der Middle Cathedral (333 m, 6b) und am East Buttress am El Capitan (364 m, 6a+) im Yosemite-Valley im Mai 2024 solche Großereignisse?

Oh, das war nichts Besonderes. Das ist wie ein After-Work-Solo, aber kein Free Solo. Es liegt in meiner Komfortzone, weit unter meinem körperlichen Maximum.

In einem Interview meinst du, dass die einzige Herausforderung gewesen sei, dass der Fels am East Buttress am El Cap nass war.

Ja, da hat der Horsetail-Wasserfall gewütet. Aber ich wusste, dass ich das im Griff habe. Viele Leute denken, Free Solo sei so extrem, aber es kommt darauf an, wie man sich beim Klettern fühlt. Da gibt es eine große Bandbreite.

In derselben Woche hast du den neuen Speed-Rekord im Seil-Solo an der Salathé-Wall am El Capitan aufgestellt und den alten Rekord um mehr als achteinhalb Stunden auf 11:18 Stunden verkürzt.

Der vorherige Rekord (19:47 Stunden) war nicht wirklich repräsentativ. Selbst mein Rekord ist es nicht, weil ich nur eine Woche im Yosemite verbracht habe. Ich kenne die Wand sehr gut, aber ich war müde. Außerdem musste ich mir vorher noch das Seilhandling und die Sicherungstechnik beim Rope Solo aneignen. Nach einem Ruhetag bin ich dann eingestiegen. Mit einem Monat Zeit ohne Familie hätte ich es vielleicht auch in acht Stunden geschafft.

Kritiker sagen, dein Rekord sei nicht vergleichbar mit dem der Vorgänger, weil du Passagen free solo geklettert bist.

Die Sache mit dem Rope Solo ist, dass immer alles möglich ist. Man kann alle gewünschten Tricks anwenden. Der Rekord in der Nose (5:59 Stunden), also der Route neben der Salathé, liegt bereits in einem Bereich, in dem man alles tun muss, was geht. Bei der Salathé habe ich im Grunde die gleichen Techniken (Free Solo und technisch klettern mit 60-Meter-Einfachseil) angewendet wie für den Rekord in der Nose, nur viel langsamer.

Warum hast du dich fürs Free-Solo-Klettern entschieden?

Ich bin in Kalifornien aufgewachsen, wo es eine lange Tradition im Free Solo gibt. Yosemite hat eine sehr berühmte Geschichte von Solokünstlern, den Stone Masters. Auch der Joshua Tree National Park ist bekannt fürs Free-Solo-Klettern. Ich dachte mir, dass es einen Versuch wert sei. Und es hat mir wirklich Spaß gemacht.

Warum ist Free Solo in den USA bekannter als in Europa?

Ich denke, weil sich der Fels in den USA viel besser dafür eignet. In den USA besteht das gesamte Gestein aus Granit. Es ist wie ein großes, durchgehendes Rissssystem, absolut sicher und die objektiven Gefahren sind gering. In Europa besteht viel aus bröckeligem Kalkstein, er ist nicht so sicher für Solo-Touren.

Bist du auch schon in Gebieten free solo geklettert, in denen das Gelände alpiner war, also die objektiven Gefahren größer?

Ja. Das letzte große Free-Solo-Projekt, das ich geklettert bin, war die Honnold's Ultimate Ridge Traverse (HURT) im Jahr 2022. Darüber gibt es auch einen Reel-Rock-Film. Das ist eine gigantische Free-Solo-Traverse im Red Rock Canyon in der Hochwüste Nevadas. Mein Ziel war es, möglichst viele Kletterrouten und Gipfel mitzunehmen. Am Ende bin ich 32 Stunden ununterbrochen geklettert (Bilanz: 56 Kilometer, 7300 Höhenmeter, 23 Gipfel und 14 Kletterrouten zwischen 4b und 6b). Die Felsqualität ist okay, aber nicht sehr gut. Es bestand also eine gewisse objektive Gefahr darin, Griffe herauszubrechen oder sich einfach im Dunkeln zu verirren und in einen Kaktus zu fallen. Das war so etwas wie die Wüstenversion der alpinen Kletterei.

Welchen Stellenwert hat Social Media in deiner Arbeit?

Für mich als Profikletterer ist es sehr wichtig, auch in den sozialen Medien präsent zu sein. Aber seit der Einführung der Reel-Funktion auf Instagram habe ich meinen Konsum stark eingeschränkt.

Reels gibt es seit August 2020. Warum?

Eines Tages saß ich auf der Toilette und habe mir Reels angesehen. 45 Minuten später waren meine Beine taub und ich fragte mich, was gerade mit mir passiert ist. Social Media hatte mich komplett in Beschlag genommen und meine Aufmerksamkeit aufgesogen. Danach fühlte ich mich schlecht. Diese 45 Minuten hätte ich viel besser nutzen können, anstatt mir diesen ununterbrochenen Strom verrückter Videos anzusehen. Das war mir einfach zu viel.

Wie steuerst du deinen Konsum heute?

Ich habe die Instagram-App von meinem Alltagshandy gelöscht. Natürlich kann ich meine Kanäle nicht komplett löschen, da sie eine großartige Gelegenheit bieten, meine Reichweite sinnvoll zu nutzen. Ich nutze die App jedoch nur noch auf meinem iPad, das auf meinem Regal zu Hause liegt. Ich schalte es nur an, um zu posten. Zudem habe ich das Management meiner Kanäle abgegeben. Das hat mein Leben viel besser gemacht, weil ich so die Möglichkeit ausschließe, aus Versehen in etwas hineingezogen zu werden.

Hättest du deinen Ruhm als Profikletterer, den du jetzt hast, auch ohne deine Free-Solo-Projekte erlangt?

Ich glaube nicht. Ein professioneller Kletterer wäre ich zwar trotzdem, weil ich genügend Erstbegehungen unternommen und Speed-Rekorde aufgestellt habe, aber wahrscheinlich nicht so bekannt. Free Solo ist erst richtig in die



Alex Honnold am Wandfuß der Petit Dru nach einer erfolgreichen Free-Solo-Begehung der American Direct. Foto: Renan Ozturk

Mainstream-Kultur übergegangen, als wir 2018 unseren Film Free Solo herausgebracht haben. Der Film dokumentiert meine Free-Solo-Besteigung des El Capitan über die Route Freerider (3:56 Stunden). Damit haben wir 2019 einen Oscar gewonnen. Der Film hat meiner professionellen Karriere viel Aufwind gegeben, weil es für die Leute so leicht zu verstehen ist, wie verrückt das ist.

Meinst du wirklich, dass Menschen die Dimension dessen verstehen, was du da vollbracht hast? Dein Kletterpartner Tommy Caldwell nannte es „die Mondlandung des Free-Solo-Kletterns“.

Was die Leute leicht begreifen können, ist der erforderliche Einsatz – sie spüren das Risiko dahinter. Ein kleiner Fehler hat große Konsequenzen. Beim Free Solo geht es nicht darum, besonders schwierig zu klettern; es geht mehr um das Risiko. Viele können jedoch nicht so gut nachvollziehen, was Kletterer wie Adam Ondra oder Alex Huber leisten, obwohl deren Schwierigkeitsgrad viel höher ist als meiner. Beim Free Solo hingegen kann man ein Video von jemandem zeigen, der eine sehr einfache Route klettert, und es sieht immer noch unglaublich aus.

Kletterst du lieber an deiner mentalen oder physischen Grenze?

Ich mag beides, aber ich verbringe wahrscheinlich mehr Zeit damit, in der Nähe meiner physischen Grenze zu klettern.

Das Problem ist, dass meine körperliche Leistungsfähigkeit im professionellen Klettern nicht besonders beeindruckend ist, und deshalb werde ich nie mit dem Projektieren von extrem schweren Routen Schlagzeilen machen.

Wie gehst du mit dem Risiko um?

Das lässt sich beim Free Solo schwerer einschätzen als beim Seilklettern. Es geht mehr um Wahrscheinlichkeiten – also wie wahrscheinlich es ist, dass man herunterfällt. Wenn etwas sehr einfach ist, wirst du einfach nicht herunterfallen. Leichtes Klettern fühlt sich für mich genauso an wie Gehen oder Treppensteigen. Auf große Projekte bereite ich mich sehr intensiv vor, um Fehler zu vermeiden.

Wie hat sich dein Risikoverständnis verändert, seitdem du Vater bist?

Das hat sich nicht wirklich geändert. Ich kann immer noch gefährliche Dinge tun, weil ich weiterhin versuche, gute Entscheidungen zu treffen. Der große Unterschied besteht darin, dass ich jetzt, da ich zwei Kinder habe, versuche, mehr Zeit zu Hause zu verbringen und mir Ziele zu setzen, die näher bei mir zu Hause liegen. Dadurch gehe ich automatisch weniger Risiken ein, weil es in meiner Umgebung weniger riskante Dinge gibt. Aber dass ich jetzt mit dem Rope Solo angefangen habe, hängt schon auch mit meinen Kindern zusammen.

Sind deine Eltern auch geklettert?

Mein Vater ist geklettert, aber er ist gestorben, als ich 19 Jahre alt war. Er nahm mich damals mit zu Kletterwettbewerben. Meine professionelle Kletterkarriere hat er nicht mehr mitbekommen. Meine Mutter hat mit 55 Jahren mit dem Klettern begonnen. Ich bin gemeinsam mit ihr eine Route an der Westseite des El Cap geklettert. Ich habe ihr gesagt, dass sie es doch mal ausprobieren sollte, um besser zu verstehen, was ich da so mache. Und sie hat sich darauf eingelassen.

In einem Interview im deutschen Magazin Alpin hast du mal gesagt, dass du lieber lange Free-Solo-Routen gehst, weil du darauf achten musst, dass du bei einem Sturz stirbst und nicht als Krüppel überlebst. Denkst du noch so?

Von wann ist das denn? Das war sicher ein Witz oder eine Fehlübersetzung. Die Sache mit dem Free Solo ist ein bisschen binär, also entweder schafft man die Route oder man stirbt beim Absturz. Aber das bedeutet im Endeffekt einfach nur, dass man sich wirklich gut vorbereiten muss, damit das ein Erfolg wird. Beim Bouldern gibt es zwischendrin noch Abstufungen. Ein Sturz hat keine fatalen Folgen, man gibt sein Bestes, schafft es oder auch nicht und trainiert weiter. Dieses Dazwischen mag ich aber nicht so.

Alexander Huber hat in einem Interview mit dem Schweizer Magazin La Crux gesagt, dass man wissen sollte, wann man mit dem Free Solo aufhört, denn irgendwann könnte die Statistik zuschlagen.

Die Aussage finde ich interessant, weil er selbst extrem unterwegs ist. Er klettert immer noch schwierige Routen in den Bergen und geht noch auf Expeditionen. Er ist einer von denen, die das ganze Risikospektrum einschätzen können.

Viele geben dir den Titel Mr. No-Big-Deal, weil du um deine Projekte nicht viel Aufhebens machst. Ist dir klar, wie groß das ist, was du tust?

Free Solo am El Cap, das ist groß, und es war auch groß für mich. Ich habe seit 2009 davon geträumt und daran gearbeitet. Erst 2017 habe ich es wirklich geschafft. Ich bin einfach davon überzeugt, dass fast jeder andere das Gleiche tun könnte, wenn er die gleiche Menge an Zeit und Mühe darauf verwenden würde. Das macht nur niemand. Daher kommt wahrscheinlich meine No-Big-Deal-Mentalität.

Wie kam es dazu, dass aus dem Projekt auch ein Film wurde?

Das Filmprojekt entstand im Jahr 2015, im Grunde zwei Jahre zuvor, und tatsächlich fiel das Filmprojekt mit dem Moment zusammen, in dem ich beschloss, es endlich anzugehen. Es hat geholfen, das Filmteam zu haben, weil die ganze Vorbereitung eine Menge Arbeit erfordert, also zum Beispiel Seile hoch- und runtertragen.

Nochmal zum Thema Risiko. 2022 und 2024 sind zwei junge Kletterer in den Alpen beim Free Solo tödlich abgestürzt: der Südtiroler Jonas Hainz am Magerstein-Südgrat im Antholzertal und der Deutsche Martin Feistl an der Scharnitzspitze im Wetterstein. Was fühlst du, wenn du sowas hörst?

Ja, Martin Feistls Unfall hat sogar Schlagzeilen in den USA gemacht. Das hat mich überrascht, weil ich noch nie von ihm gehört hatte. Es ist immer sehr traurig, von einem Unfall zu hören. Aber ich denke, dass Klettern ein gefährlicher Sport ist, das liegt in der Natur des Sports. Du gehst immer kalkulierte Risiken ein und manchmal geht es schief.

Wie siehst du diese Unfälle in deiner Rolle als einer der bekanntesten Free-Solo-Kletterer der Welt?

Ich vermute, dass Alex Huber in Deutschland eher für sein Free Solo bekannt ist als ich. Er hat einen ganzen Bildband mit seinen Free-Solo-Projekten und epischen Bildern aus der ganzen Welt veröffentlicht. Ich denke, selbst wenn es mich nicht gäbe, wäre Free Solo immer noch ein wichtiger Teil des Kletterns. Es gäbe immer noch jede Menge Bilder davon da draußen. Ich persönlich bin von einigen früheren Free-Solo-Kletterern inspiriert worden, also von Leuten wie Peter Croft und John Bachar. Ich bin mir sicher, dass ich einige Leute zum Free Solo inspiriere, aber auf die gleiche Weise, wie ich von anderen Leuten zum Free Solo inspiriert worden bin.

Welchen Rat würdest du jungen Kletterern geben, die Free Solo ausprobieren wollen?

Ich würde nie jemanden zum Free Solo ermutigen. Grundsätzlich geht es darum, das Risiko wirklich konservativ einzuschätzen, sich langsam zu bewegen und locker zu sein, sich auf eine gute Beinarbeit, Körperhaltung sowie Technik zu konzentrieren. Im Grunde geht es darum, keinen Fehler zu machen.

Wie merkt man, ob man bereit ist?

Um beim Free Solo in Situationen zu kommen, in denen man tatsächlich sterben kann, muss man einigermaßen gut darin



Alex Honnold beim Free-Solo-Klettern in der American Direct an der Petit Dru in Chamonix.

Foto: Renan Ozturk



Alex Honnold mit seiner Frau Sanni McCandless und Tochter June. Foto: Alex Honnold

„Mit den zwei kleinen Kindern ist es okay, wenn ich ein Jahr lang nichts allzu Aufregendes mache.“

sein. Man muss gut genug klettern, um sich wirklich gerne in eine gefährliche Situation zu begeben. Und wenn man gut genug klettert, um sich in diese Situation zu begeben, dann ist man auch gut genug, um die Risiken selbst einzuschätzen. Spätestens wenn du dann fünf Meter über dem Boden kletterst, merkst du, wie es dir dabei geht, ob es zu beängstigend ist. Dann spürt man auch schnell, ob man das Projekt aus eigener Motivation angegangen ist oder ob es um externe Anerkennung geht.

Wie wichtig ist für dich Bestätigung von außen?

Es ist auf jeden Fall befriedigend. Wenn ich eine Menge Arbeit in ein Projekt stecke, ist es schön, zumindest eine Nachricht von einem Freund zu bekommen, in der er sagt, dass ich gute Arbeit geleistet habe. Zumal ich seit 28 Jahren klettere und praktisch mein ganzes Leben dem Klettern gewidmet habe. Das gilt im Übrigen auch für meine Sponsoren, auch über deren Anerkennung freue ich mich. Ich würde aber nicht sagen, dass die Anerkennung der Hauptgrund ist. Ich klettere, weil ich gerne coole Projekte umsetze und das Gefühl habe, dass ich gut darin bin.

Hattest du vor der Geburt deiner Kinder Angst, deine Freiheit zu verlieren?

Vielleicht ein bisschen, aber nicht wirklich. Ich wollte schon immer eine Familie und Enkelkinder haben. Das alles fühlt sich genau nach dem Weg an, den ich gehen will. Ich vermisse zwar manchmal mein früheres Leben, aber gleichzeitig habe ich ungefähr 15 Jahre lang in meinem Van gelebt. Ich hatte einen guten Lauf. Ich bin sehr zufrieden mit der Zeit, die ich hatte, aber auch sehr zufrieden mit meiner Familie.

Was würdest du sagen, wenn eine deiner Töchter sich dazu entschließen würde, mit dem Free-Solo-Klettern zu beginnen?

Ich würde gemeinsam mit ihr gehen. Meine zweijährige Tochter liebt es bereits, auf Felsen zu klettern. Wir werden sehen, ob sie am Ende eine Leidenschaft fürs Klettern entwickelt. Gut klettern wird sie sicherlich können, weil es einfach alles ist, was wir tun. Einfaches Free-Solo-Klettern wäre sicher okay für sie. Wahrscheinlich wird sie nie eine Elite-Hardcore-Free-Solo-Kletterin. Aber wer weiß.

Was sind deine Pläne für die nächste Zeit?

Im Allgemeinen versuche ich, keine großen Pläne zu schmieden. Mit den zwei kleinen Kindern ist es okay, wenn ich ein Jahr lang nichts allzu Aufregendes mache. Ich klettere die ganze Zeit zu Hause in meiner Garage und kann fit bleiben, mich auf die Familie konzentrieren und mir die spannenden Expeditionen für später aufheben. Ich denke, wir werden im Herbst für einen Monat ins Yosemite fahren. Das ist zwar keine Expedition, aber es ist trotzdem toll und ich freue mich sehr.

IN JEDEM BLOCK ALU STECKT EIN MASTERPIECE

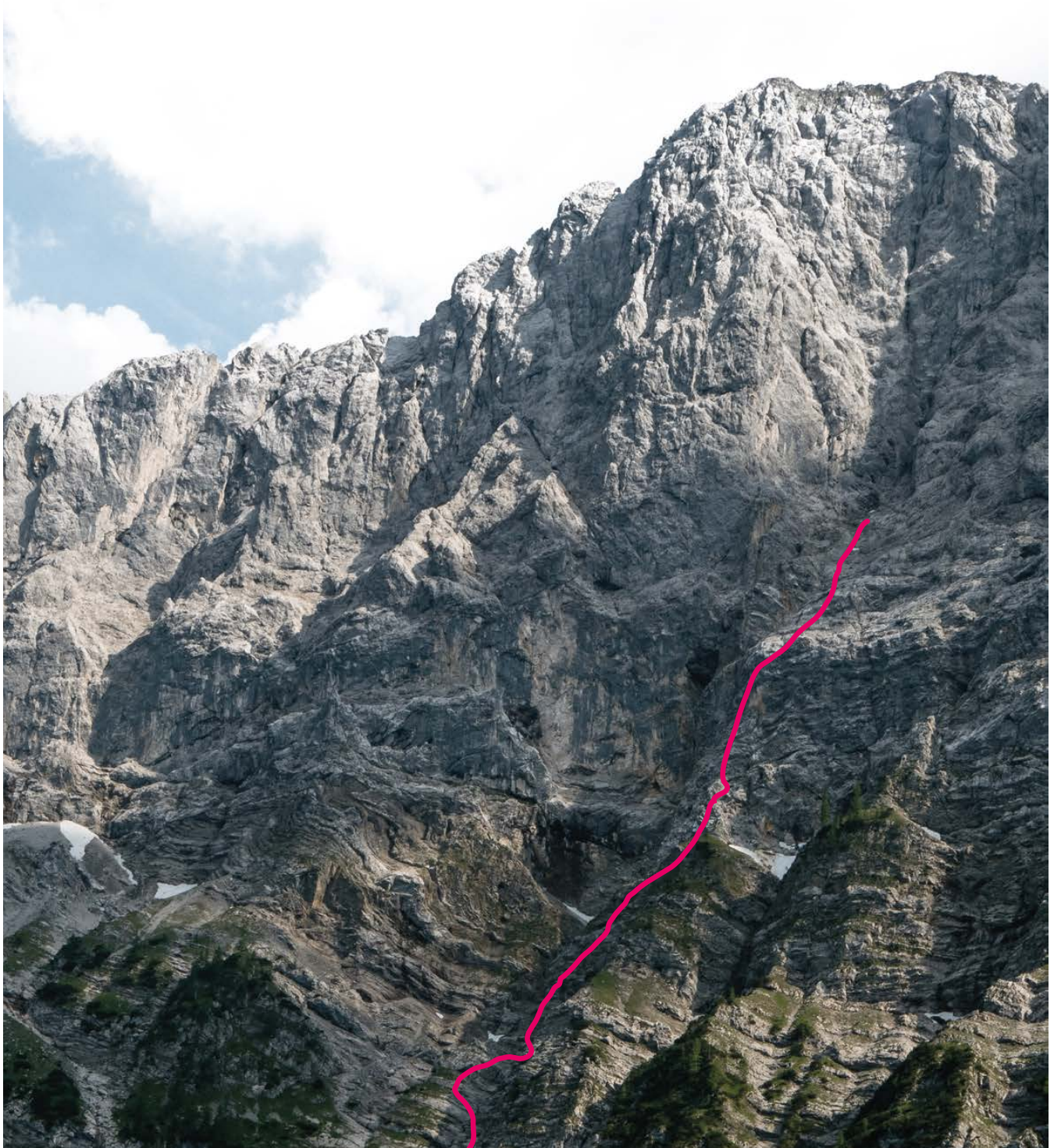
Leicht, komfortabel, leistungsstark: Timepacer 12.
Mit dem neuen „Speed“-Vorderbacken, drehbarem Hinterbacken und automatischem „Race Brake System“ bietet sie drei Gehpositionen für maximalen Aufstiegscomfort.
Jetzt entdecken: Unser ProDeal-Programm für IVBV-Bergführer auf unserer Website.

DISCOVER MORE



TIMEPACER 12
Gewicht: 250g
CNC-gefrästes Aluminium 7075
Einstellbare Auslösewerte an
Hinterbacken von 6 - 12
Laufmodi: Flach, +27, +44mm
Skibremse: 80, 86, 91, 97 mm

Leben im Wärmetauscher



Um Geschichten aus den Bergen erzählen zu können, müssen sich Erleben und Schreiben die Waage halten. Das ist einfacher, als es klingt – und die Angst vor einem Missverhältnis wächst, je länger man Geschichten erzählt.

Von Tom Dauer

Das Bachbett liegt trocken, und Kiesel – rund geschliffen, weiß, grau, dazwischen alle Schattierungen – stoßen klackend aneinander. Wie laut jeder Schritt ist, wenn es dunkel ist, kein Wind weht, kein Vogel zwitschert und kein Flugzeug fliegt! Die Almwiese steigen wir im Zickzack hinauf. Feuchte Grashalme streifen entlang des schmalen Spalts zwischen Socken und Hosenbein. An der Stirn, den Wangen, in der Lunge beißt kalte Luft. Atemhauch verfliegt im Schein der Stirnlampe. Ich mag diese frühen Zustiege: immer ähnlich und doch anders, und die Sinneseindrücke auch noch präsent, wenn sie längst verflogen sind.

Es ist fünf Uhr morgens. Die Füße rutschen auf feinem, festgebackenem Geröll, das hinauf zum Wandfuß führt. Über uns breitet sich ein Kalkmeer aus, massig und tausendmeterhoch. Graublau scheint es im Licht der Dämmerung. Ich kann die große Wand spüren. Ich habe sie, und sie mich, schon vor langer Zeit berührt. Diese Empfindung ist da, wenn ich am Berg bin. Und während ich schreibe, erwecke ich sie erneut. So wird und bleibt sie ein Teil von mir. Manchmal habe ich Angst, dass dies irgendwann einmal nicht mehr so sein könnte. Im dritten Sommer schleppen wir schwere Rucksäcke, beladen mit Seilen, Haken, Bohrmaschine, Akkus, zum Einstieg. Die Tage, an denen wir in unserem Projekt arbeiten können, sind selten. Es muss lange trocken gewesen sein. Dann erst verdunstet das Wasser, das aus Kaminen und Schluchten quillt. Schön ist die große Wand nicht. Ihre untere Hälfte ist waagrecht geschichtet wie ein Kalter Hund – ein geschichteter Schoko-Kekskuchen –, auf Absätzen wachsen Fichten und Latschen, auf breiten Bändern moosiges Gras. Darüber steilt sie sich auf: ein Gemäuer aus senkrechten Pfeilern, scharfen Graten, geschmirligten Platten, unübersichtlich, zerklüftet und ausladend. Ich war acht Jahre alt, als ich sie zum ersten Mal sah. Damals zeigte mein Vater hinauf in die steile Flucht, die mir nichts bedeutete, und sagte, er sei einmal dort oben gewesen, hinaufgeklettert mit einem Freund, bevor Regen sie zum Rückzug bewog.

Bis heute wacht Tom Dauer mitten in der Nacht auf und denkt daran, dass sich dort oben in der Wand ein Weg im Nichts verliert. Sein Herz beginnt dann schneller zu schlagen.

Foto: Tom Dauer

fear

of

Mein Vater lehrte mich sehr vieles am Berg, obwohl die Touren mit ihm selten waren. Seine Arbeit führte ihn oft über Monate hinweg in Länder, nach denen ich lange in meinem Schulatlas suchen musste. Er nahm dort Luftzerlegungsanlagen in Betrieb. Während er am anderen Ende der Welt mit atmosphärischen Gasen, ihrer Verflüssigung und Fraktionierung beschäftigt war, wuchs ich zwischen München und den Bayerischen Alpen auf, fand Freunde und Gleichgesinnte, mit denen ich dort unterwegs war, wo er Jahrzehnte zuvor geklettert war, sich gefürchtet und gefreut und von wo es ihn irgendwann weggezogen hatte. Über die Gipfel, auf denen ich stand, und die ich sah, spannte sich ein Netz aus Erinnerungen, das mich mit dem Gebirge verbindet und mit ihm.

Umso schöner waren die wenigen Tage, die wir gemeinsam in den Bergen verbrachten. Einmal wanderten wir unter der großen Wand entlang, und in den Tagen zuvor hatte ich eine berufliche Entscheidung getroffen. Statt die Bergführerausbildung fortzusetzen, würde ich eine Journalistenschule besuchen. Ich wollte versuchen, über das Klettern und Bergsteigen, über Reisen und Expeditionen zu schreiben und davon zu leben. Vor 35 Jahren war das eine ungewöhnliche Idee. In der Schule galt ich als sonderbar, weil ich nicht mit den anderen ins Freibad, sondern in den Klettergarten radelte. Menschen gingen noch nicht in Funktionsjacken und Trailrunningshuhen zum Bäcker. Autohersteller, Banken und Versicherungen warben mit ihren Leistungen statt mit Motiven aus dem Yosemite Valley oder den Stubaier Alpen. Und als ich einer großen Tageszeitung einen Text über die noch junge Disziplin des Sportkletterns anbot, die ja auch eine gesellschaftliche Entwicklung spiegelte, wies mich die Redakteurin unwirsch ab: Die Zeiten eines Luis Trenker seien längst vorbei. Ich glaubte dennoch daran, dass es Menschen gab, die sich für Geschichten aus den Bergen interessierten. Aber ich fragte mich auch, ob es möglich sein würde, die Symbiose aus Bergen und Reisen, das nomadische Lebensgefühl, die kleine und kreative internationale Kletterszene, alpinistische Abenteuer, das Erleben anderer zu schildern und zugleich selbst noch ebendies zu leben. Die Quelle, aus der ich Freude und schöpferische Kraft gewann, wollte ich nicht versiegen lassen.

Als wir vor der großen Wand in der Wiese lagen, mein Vater auf einem langen Grashalm kauend, er hatte in den Bergen immer einen Grashalm im Mundwinkel, da sagte er, das eine schließe das andere nicht aus. Es gebe im Leben nicht nur entweder-oder. Man könne Dinge tun und über sie schreiben und im besten Falle bestärke das eine das andere. Wie ein Wärmetauscher, der thermische Energie von Stoff zu Stoff übertrage. Weil mein Vater als Ingenieur das Leben derart nüchtern betrachten konnte, sitze ich nun an meinem Laptop und erzähle: dass sich der Fels an einem Hochsommern Morgen kalt anfühlt wie eine Tiefkühlpizza. Alle paar Meter kreise ich meine Arme, damit Blut in die Fingerspitzenkapillare zirkuliert. Was ich mache, hat mit Bewegungsästhetik nichts zu tun. Tapsen nach abschüssigen Griffen, Füße auf brüchige Leisten zittern. Die Bohrhaken, die wir schon gesetzt haben, sind Rettungsinseln – einhängen, fixieren, durchatmen. Ein Blick hinauf: Die nächsten Meter sind immer die furchterregendsten.

Der Mund ist ausgetrocknet, die Kehle wie zugeschnürt, im Bauch regiert Unwohlsein. Die Angst des Mochtgehernhelden vor seiner Prüfung.

Gegen 14 Uhr, nach 26 Seillängen, erreichen wir unseren letzten Umkehrpunkt. Vier weitere Längen schonen uns mit leichter Kletterei. Dann stehen wir am Beginn der Headwall, die gut 300 Meter hoch zum Gratausstieg führt. Endlich. Doch unsere Hoffnung zerbröselte, genau wie der gelbsplittige Schotterhaufen über uns. Freie, kühne Kletterei. An festen, steilen Strukturen. Warmer, griffiger Wettersteinkalk. Ein barocker Pfeiler. So hat der Weiterweg aus der Ferne ausgesehen. Aus der Nähe entpuppt sich der Wandabschnitt als erdmittelalterliche Ruine. Unsere Idee ist ein steingewordener Altraum. Die Schlepperei, das Fürchten, Schwitzen, Frieren, Gewitter, Sturzbäche, Stein Schlag – und alles umsonst? Ralf will es nicht glauben und klettert vom Standplatz aus eine feine Rissspur entlang. Zwei Meter über mir setzt er einen Bohrhaken. Dann gibt er auf. Schon lange bevor wir unser erstes gemeinsames Projekt angingen, hatte ich von Ralf Sussmann gehört. Einige seiner Erstbegehungen zählen zu den großen modernen Linien im Karwendel. Zusammengeführt hatte uns der Zufall. Ohne vom jeweils anderen zu wissen, ein paar Stunden zeitversetzt, waren wir am selben Tag im Juni aufgestiegen, durch das Bachbett, über die Wiesen und den Schuttkegel, um mögliche Linien in der großen Wand zu finden. Am Nachmittag fand Ralf meine Spuren im Geröll und wunderte sich, wer noch an den Wandfuß gekommen war. Ein paar Tage später, nach einigen Anrufen und E-Mails, löste sich das Rätsel. Ralf meldete sich bei mir. Wir interpretierten den Zufall als Zeichen und schlossen uns zu einer Seilschaft zusammen.

Ein paar Monate nach unseren ersten Klettertagen schlug mir der Redakteur einer Alpinzeitschrift vor, jemanden zu porträtieren, der für das Thema „Verzicht“ stünde. Ich dachte an Ralf. Als er in München studierte, hängte er benutzte Teebeutel an der Wäscheleine auf, um sie zu trocknen und ein zweites Mal zu benutzen. Geld war knapp, und er sparte es für die Wochenendausflüge ins Gebirge. Seine Eltern, erzählte Ralf, hätten ihn gelehrt, ein in der Ferne liegendes Ziel nie zugunsten schnellen Gewinns zu gefährden. Diesem Leitsatz blieb er treu, als Physiker, Cellist, Alpinist, Ehemann und Vater. Während ich Ralfs Porträt schrieb, mischten sich seine Erinnerungen, Gedanken und Gefühle, Erfahrungen und Erlebnisse mit meinen eigenen. Manchmal denke ich, ich sollte zu meinen Gesprächspartnern größere professionelle Distanz wahren. Doch wie soll das gehen, wenn sie gleichzeitig Freunde sind, Seilpartner, Brüder und Schwestern im Geiste?

Heute weiß ich, dass mein Vater recht hatte: Das alpine Schreiben setzt mein Bergleben fort, und das Bergleben gibt mir die Kraft zu schreiben. Ich erzähle von Dingen und Menschen, von denen ich behaupten kann, dass ich sie kenne und verstehe. Andere berichten am Küchentisch von ihren Abenteuern, an der Kneipentheke, am Lagerfeuer oder auf ihren Instagram-Accounts. Ich schreibe sie auf, und während des Schreibens werden aus einer Erfahrung zwei – die eigentliche, die gelebte, und die auf Papier. So war es immer schon: Heldensagen, Mythen und Legenden werden am Berg geboren, aber erst in



Tom Dauer ist Kletterer, Geschichtenerzähler und Regisseur.

den Nachwehen der Erinnerung werden sie groß und eigenständig. Das Bergsteigen setzt sich in den Köpfen der Bergsteiger fort. Das Geschehene gewinnt, vielfach gefiltert, ein Eigenleben. Bergsteigen bedeutet, Geschichten zu erzählen. Ich bin ein Bergsteiger-Geschichtenerzähler. Und ein Bergsteiger-geschichten-Erzähler.

Es hat viele Jahre gedauert, um zwischen diesen beiden Polen das richtige Maß zu finden. Viel bergzusteigen bedeutet, viel zu erleben, aber mit einem permanenten Minus auf dem Konto zurecht kommen zu müssen. Viel zu schreiben bedeutet, Rechnungen bezahlen zu können, führt aber auch zu Bandscheibenvorfall und seelischem Ungleichgewicht. Es gehört zur Kunst des Autorentaseins, tätiges und betrachtendes Leben in der Waage zu halten. Seltsamerweise wird meine Angst, dass mir dies nicht mehr gelingen könnte, nicht kleiner, sondern größer. Ich denke nicht, dass dies mit dem Älterwerden zu tun hat. Freilich: Die Fingergelenke werden arthritisch, die Supraspinatussehne zwickelt und das Knie schon lange. Irgendwann will ein Körper nicht mehr so, wie sich der Geist das vorstellt. Aber das ist nicht das Problem. Man wäre ein Narr, glaubte man, biologischer Unausweichlichkeit trotzen zu können. Mit den Jahren verändert sich aber nicht nur die Physis. Auch die Qualia werden andere, jene subjektiven Empfindungen, die nur verstehen kann, wer sie selbst gesehen, gehört, gerochen, begriffen hat. Das Unterwegssein bringt sie hervor, sie sind ebenso befriedigend wie flüchtig, weshalb man sie wieder und wieder sucht, um sie nicht zu vergessen, um sie rekapitulieren zu können – die Unruhe am Vorabend einer schwierigen Unternehmung, das Ausgesetztsein in Unwirtlichkeit, die Freude über eine glückliche Wiederkehr –, jene Empfindungen also werden anders und weniger werden. Werde ich dann noch verstehen, was mir immer wichtig war? Nicht mehr erleben zu können, was ich erzählen will, ist meine größte Angst. Sie beunruhigt mich viel mehr als die Frage, wie viel Zeit ich für wie viele Höhenmeter brauche, wie hoch mein Puls ist oder ob ich noch einmal im IX. Grad werde klettern können. Aus eigenem Erleben auf das anderer schließen zu können, es zu verstehen, neugierig zu bleiben, die Träume und Ideen anderer, junger Alpinistinnen und Alpinisten teilen zu dürfen, ihnen zuzuhören, ihre Geschichten zu erzählen – das wird eine immer größere Herausforderung werden. Und ich weiß nicht, ob sie allein mit gutem Willen zu meistern ist.

Drei Sommer lang hofften Ralf und ich, einen eigenen Weg durch die große Wand finden zu dürfen, zwischen Platten und Rissen und Überhängen hindurch, die vor Jahrmillionen noch ein Riff bildeten, von der Brandung umspült, bevor es aufgehoben, verbogen und gequetscht wurde, so viele Ereignisse, so viele Zufälle, bis ein Mensch einen Klemmkeil legt und daran vorbeiklettert und die Angst vor einem Sturz im Bauch keimen spürt. Unser Weg entpuppte sich als Sackgasse. Ernüchert seilten wir ab, ohne zu wissen, ob wir je wieder an diesen Punkt zurückkehren werden, den zu erreichen uns viel Mühe gekostet und viele Erlebnisse beschert hat. Bis heute wache ich mitten in der Nacht auf und denke daran, dass sich dort oben in der Wand ein Weg im Nichts verliert. Mein Herz beginnt dann schneller zu schlagen. Ich bin froh, dass ich es spüre. ■

„Heute weiß ich, dass mein Vater recht hatte: Das alpine Schreiben setzt mein Bergleben fort, und das Bergleben gibt mir die Kraft zu schreiben.“



Abbauen ohne Absturz

Eine Kletterroute abzubauen, kann manchmal gefährlich sein. Wir zeigen euch eine Methode für den Rückzug an fragwürdigen Haken, zweifelhaften mobilen Sicherungen oder einem schlechten Umlenker.

Von Jan Schneider



So sieht der Aufbau mit Kurzprusik und Verschlusskarabiner am letzten Umlenker aus. Foto: Jan Schneider

Szenario

- eine Sportkletterroute in Meeresnähe mit rostigem Umlenker
- Abbauen einer Kletterroute, wenn an einer fraglichen Zwischensicherung umgedreht werden muss.

Benötigtes Material

- vernähter Kurzprusik
- Verschlusskarabiner

Problematik

Wird die Klettertour beim Ablassen vom Umlenker aus einfach abgebaut, spricht eine Expreste nach der anderen ausgebaut, besteht beim Versagen des Umlenkens nach ca. einem Drittel Bodensturzgefahr. Zusätzlich ist beim Versagen des fragwürdigen Umlenkens oder der Zwischensicherung, an der umgedreht wird, eine enorme Sturzbelastung auf die letzte verbleibende Sicherung zu erwarten.

Lösung

Wird beim Ablassen ein dreifach gelegter, vernähter Kurzprusik am gegenüberliegenden Seil mitgeführt, kommt es bei einem Versagen des Umlenkens bzw. der Zwischensicherung, an der abgebaut wird, nur zu einem Vorstiegssturz in den Prusik. Das heißt, die Sturzlänge verringert sich um das gesamte ausgegebene Seilstück zwischen Prusik und Umlenker bzw. Zwischensicherung. Selbst wenn im kritischen unteren Teil der Tour dieser Fall eintritt, kann somit ein Bodensturz verhindert werden.

Sonderszenario: Abseilen mit Halbseilen bei einem Verhauer in einer Alpinroute

Muss in einer alpinen Route an einer fragwürdigen Sicherung selbst, also aktiv abgeseilt werden, weil bereits mehr als die Hälfte des Seiles ausgegeben ist und der Sicherer somit nicht mehr genügend Restseil für den Ablassvorgang zur Verfügung hätte, dann ...

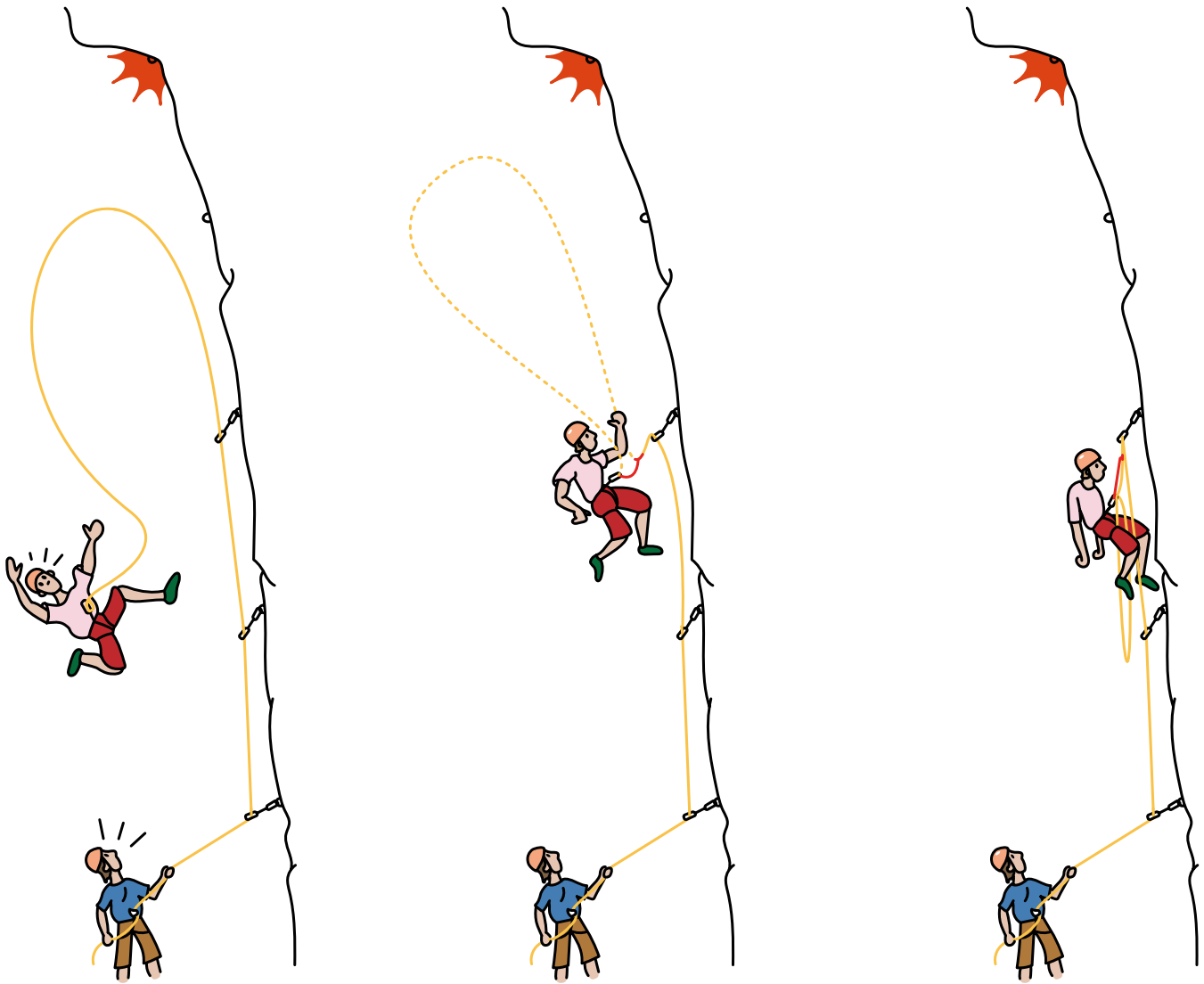
Lösung

Die Person, die abseilt, kann vom Sichernden am Stand weiterhin in der Vorstiegssicherung belassen werden. Wird nun der Prusik beim Abseilen in die Anseilschleufe gehängt, so würde beim Versagen der Umlenkung, an der abgeseilt wird, der Sturz beim Prusik gestoppt. Es entsteht also ein Vorstiegssturz in die letzte Zwischensicherung, der vom Sicherer gehalten wird. (Würde die Person aktiv abseilen, ohne von unten gesichert zu werden, würde es beim Versagen des Umlenkens zu einem Totalabsturz kommen.)

Die Person, die abseilt, kann somit alle Zwischensicherungen bergen, ohne ein größeres Risiko als jenes, das im Vorstieg vorhanden war, einzugehen. Wird an der Zwischensicherung nach einem Verhauer abgelassen, wenn noch genügend Seil vorhanden ist, ist die Methode gleich wie oben beschrieben.



Jan Schneider ist auf der Schwäbischen Alb aufgewachsen und erst mit 17 Jahren zum Klettern gekommen. Mittlerweile wohnt er in Garmisch und arbeitet als Berg- und Skiführer.



Durch den Kurzprusik wird beim Versagen der Umlenkung ein Bodensturz verhindert.

Illustration: Matthias Baudrexl

Zum Erklärvideo von Jan Schneider.





**| Es war einmal Klettern.
Die komplette Geschichte in Bildern –
von A bis Z**

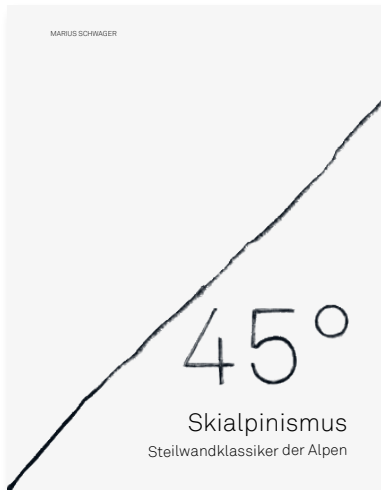
Ein Buch über die Geschichte des Kletterns? Das klingt zugegebenermaßen etwas trocken. Eine sehr unterhaltsame Form, diese Historie darzustellen, kommt nun aus Frankreich, genauer gesagt von Catherine Destivelle: einer der besten und bekanntesten Kletterinnen weltweit. Sie gewann in den 1980er-Jahren internationale Wettkämpfe und in den 1990er-Jahren machte sie mit spektakulären Solobegehungen großer Alpenwände von sich reden. In einem opulenten Comicband erzählen die Protagonisten, die diesen Sport geprägt haben und immer noch prägen, selbst über ihre Beweggründe, Erlebnisse und Erfahrungen. Zusammen mit ihrem Mitautor David Chambre hat sie unglaublich viele historische Details und Anekdoten zusammengetragen und mit ihrem umfassenden Hintergrundwissen gekonnt zu einer schlüssigen Geschichte arrangiert. Der Zeichner Laurent Bidot hat diese dann kunstvoll in Bilder umgewandelt. Der Panico-Alpinverlag hat sich eine Lizenz des Buches gesichert und die Texte ins Deutsche übersetzt (ISBN 978-3-95611-196-9).

Ein wirklich lesenswertes Buch für jeden Kletterer und auch ideal, wenn man für Kletterer ein Geschenk sucht. [Markus Stadler]



**| Sicher sichern.
Sportklettern, Alpinismus, Gletscher,
Eis, Führen, Retten, BigWall**

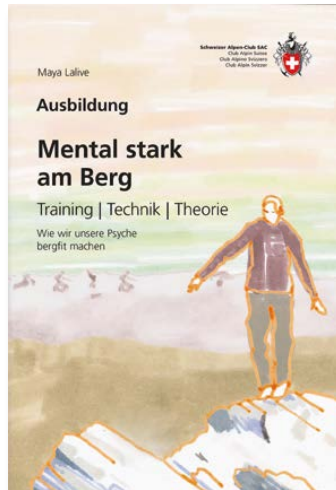
Michael Hoffmann kann man getrost als Urgestein der Kletterszene bezeichnen, denn er hat sie über Jahrzehnte mitgestaltet. In seinen wilden Jahren gelang ihm unter anderem mit Frustlos im Wilden Kaiser die erste offizielle alpine Route im 8. UIAA-Grad in den Alpen. Darüber hinaus hat der staatlich geprüfte Bergführer und Inhaber der Rotpunktschule die Kletterausbildung im Lehrteam des DAV über Jahrzehnte entscheidend mitgeprägt. Michael war schon immer ein Querdenker im ursprünglichen – „vorcoronazeitlichen“ – Sinn des Begriffs. Ein echter Querdenker muss sich in einer Materie mit allen Facetten und bis ins letzte Detail auskennen, um dann mit neuen kreativen Verknüpfungen innovative Ideen zu kreieren. Diese Eigenschaft fällt bei der Lektüre des Buchs immer wieder auf, ebenso wie Michaels in manchen Kreisen berühmt-berüchtigte Meinungsstärke. Dieses Lehrbuch liefert ein wahres Feuerwerk an Tipps und Tricks und ergänzt dabei gelegentlich die Lehrmeinung der Verbände. Ein Novum in der 5. Auflage: QR-Codes zu kurzen Lehrvideos, in denen die erklärte Technik in bewegten Bildern vorgeführt wird. Gratulation an den Autor zu diesem gelungenen Werk, das jedem Kletterer und Bergsteiger wärmstens empfohlen werden kann (ISBN 978-3-95611-175-4). [Markus Stadler]



| 45°. Skialpinismus: Steilwandklassiker der Alpen

Wow, halte ich gerade den neuen „Pause“ für Steilwandfahrer in Händen? Zugegeben, es sind nicht 100, sondern „nur“ 45 der schönsten Steilwandabfahrten der Alpen in diesem druckfrischen Führer von Marius Schwager enthalten, aber dennoch bin ich begeistert! Warum? Weil dieses Buch mehr ist als ein informativer Führer. Allein durch das sehr gelungene, modern-zeitlose Layout und die tollen Bilder spricht einen das Werk sofort an und verleitet zum Schmökern. „45°“ liefert die wichtigsten Infos zu den legendärsten Steilabfahrten der Alpen – von der Zugspitze bis zum Monviso und vom Mt. Blanc bis zum Jalovec. Aber mehr noch liefert das Buch unglaublich viel Inspiration für neue Touren und zugleich werden Erinnerungen an bereits vollbrachte Abenteuer geweckt. Sehr gelungen sind auch die in schwarz-weiß gehaltenen Übersichtszeichnungen der Berge samt Abfahrten. Und damit schließt sich der Kreis zu Walter Pauses Meisterwerk ...

Fazit: „Der ultimative Guide für Skialpinisten“ – so steht’s am Umschlag – ist nicht übertrieben. Das, was der „Pause“ für Alpinkletterer ist, wird der „Schwager“ für Skialpinisten werden: Eine Bucket-List der schönsten Abfahrten in den Alpen, die sofort Lust darauf macht, die noch offenen „Projekte“ anzugehen (ISBN 978-3-948723-12-5). [Gerhard Mössmer]



| Mental stark am Berg. Training, Technik, Theorie

„Wie kannst du deine zitternden Beine hoch über dem Abgrund in den Griff bekommen? Was hilft dir bei Angst und Unsicherheit? Wie kannst du negative Gedanken und Vorstellungen durch positive Gedanken ersetzen?“ All diese und weit mehr Fragen werden im Handbuch „Mental stark am Berg – Training, Technik, Theorie“ (herausgegeben in der leicht aktualisierten 3. Auflage vom SAC-Verlag) beantwortet. Das Werk der Autorin Maya Lalive richtet sich dabei an Bergsportler, die mit mentalen Herausforderungen konfrontiert sind. Sie stellt darin kompakt und prägnant jene mentalen Techniken vor, die dem ambitionierten Freizeitsportler dabei helfen, in brenzligen Situationen auf mentale Stärke zurückzugreifen. Grafisch schön und übersichtlich unterteilt wird genau beschrieben, wie diese Techniken im Alltag trainiert und bei der Ausübung des Sports am Berg angewendet werden können. Fallbeispiele veranschaulichen außerdem, welche Strategien in welchen Situationen hilfreich sind.

Fazit: Das Buch ist definitiv eine Bereicherung für all jene Bergsportler jeder Könnensstufe, die durch mentales Training Ängste, Nervosität, Müdigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten sowie Sturzangst, Unsicherheit und Druck etc. in den Griff bekommen möchten. [Gerhard Mössmer]



| Bergsteigen. Eine Philosophie des Lebens

Bergsteigen ist konzentriertes Tun. Bergsteigen ist konzentriertes Leben. Es verdichten sich: Zeit, Aufmerksamkeit, Sinnlichkeit, Nachdenklichkeit; es intensiviert sich die Beziehung von Mensch und Welt. Was Natur ist und was der Mensch kann, erfährt man beim Bergsteigen nachdrücklicher als in der Ebene des Alltags. Dabei will Autor Günter Seibold, von 2006 bis 2020 Professor für Philosophie und Kunsttheorie, weder die Weltanschauungen renommierter Profibergsteiger analysieren noch eine Kulturgeschichte des Bergsteigens liefern. Sein Buch beruht vielmehr auf individueller Sicht und vereinigt darin – und das ist das Besondere – die tiefgründige Denkweise des klassischen Philosophen mit den authentischen Erfahrungen des erfahrenen Bergsteigers. Damit bietet es Menschen, die selbst gern in die Berge gehen, ein inspirierendes Reflektieren dieses Tuns. Sie werden sich von diesem Buch ebenso verstanden fühlen wie neue Dimensionen darin finden (ISBN 978-3-7022-4254).

[Redaktion]

Die Gretchenfrage

In den Bergen unterwegs zu sein, ist gut für mich. Nicht in den Bergen unterwegs zu sein, ist gut für andere und die Natur ganz allgemein. Was also soll ich tun? Wie soll ich mich verhalten – meinen Mitmenschen und der Berg-Natur-Kultur-Landschaft gegenüber?

Tom Dauer sucht Antworten. #inunsrernatur 17

Was Fitnessstudios angeht, ist die Sache einigermaßen klar: Man sucht sie auf, um dem eigenen Leib etwas Gutes zu tun. Natürlich ist der umgekehrte Fall nicht ausgeschlossen: dass es auch Menschen gibt, die Muskeln und Herz-Kreislauf-System nur deshalb trainieren, weil sie die schweißtriefende Atmosphäre einer Kraftkammer genießen wollen. Mir erscheint das zwar unwahrscheinlich, aber die Menschheitsgeschichte lehrt uns, dass jeder noch so ungewöhnliche Fetisch seine Jünger hat.

Wie aber verhält es sich mit den Bergen und mit dem, was man an und auf ihnen alles tut: Ist man also in den Bergen, um dort bergzusteigen, oder bergsteigt man, um in den Bergen zu sein?

Mir ist schon klar, dass jede vernünftige Antwort auf diese Frage in einem Sowohl-als-auch münden müsste, das je nach Interessenlage und Leistungsbereitschaft, wahrscheinlich auch abhängig vom Alter, mal das Sowohl, mal das Als-auch stärker gewichtet. Trotzdem ist es nicht verkehrt, diese



„Nun sag, wie hast du's mit der Religion?“, fragt Gretchen Faust. Lithographie von Joseph Fay mit Gretchen, Faust und Mephisto im Kerker.



Frage einmal ganz wörtlich zu nehmen – weil sie nur scheinbar simpel ist, weil sie vermeintliche Gewissheiten ins Wanken bringen kann und weil es mir so vorkommt, als sei sie überhaupt die Gretchenfrage: Nun also sag, wie hast du's mit der Bergsteigerei?

Spontan aus der Hüfte geschossen würde ich antworten, dass jegliches Tun in den Bergen einen gewissen Selbstzweck hat, sich aber dennoch fundamental von anderen körperlichen Tätigkeiten unterscheidet, ja mit Sport an sich gar überhaupt nichts zu tun hat. Ich stünde damit in einer Tradition, die bis in die zweite Hälfte des 18. Jahrhunderts zurückreicht und die das Bergsteigen nach wie vor als eine Betätigung ansieht, die uns zwar körperlich herausfordert, uns darüber hinaus aber auch moralisch zu besseren Menschen macht, weil sie losgelöst von jedem Wettbewerb, jedem Konkurrenzdenken und jedem Preisversprechen an unsere ureigenen Werte und Instinkte appelliert.

Soweit das Engelchen auf meiner linken Schulter. Das Teufelchen rechts dagegen grinst sich eins und flüstert mir mit Unschuldsmiene ins Ohr, ich solle mal den romantisierenden Schleier meiner Weltwahrnehmung lüften. Dann müsste ich registrieren, dass das Wetteifern um Gipfel und Gipfelanstiege spätestens 1865 am Matterhorn begann, sich 1961 am Frêne-Pfeiler fortsetzte und 2021 am Nordostpfeiler des Tengkapoche (6487 m) vermutlich nicht aufhörte. Ich würde mich auch daran erinnern, dass Stefan Glowacz und Thomas Huber im Streit um die Bewertung ihrer Routen „Des Kaisers neue Kleider“ und „End of Silence“ anno 2001 fast handgreiflich wurden – ich war Augenzeuge. Schwierigkeitsgrade provozieren eben den Vergleich, und Superlative wie

„die schwierigste Route“, „der gefährlichste Anstieg“, „die schnellste Begehung“ lassen sich am einfachsten monetarisieren. Da hilft es auch nicht viel, dass die Organisatoren des Piolet d'Or oder des Paul-Preuss-Preises nicht müde werden zu betonen, es gehe ihnen nicht um eine Rangordnung – geehrt und ausgezeichnet werden letzten Endes doch jene Alpinistinnen und Alpinisten, die eine in den Augen der Jury besondere Leistung vollbracht haben. Das Besondere aber entsteht erst, wenn man es vom Normalen unterscheidet.

Wettbewerb also allenthalben, und selbst dort, wo er sich nicht direkt offenbart. Denn letzten Endes buhlen auch Intimitäten, Schwächen, Fehler, Versagensängste und gute Vorsätze, die öffentlichkeitswirksam in Posts und Reels gekleidet werden, um Aufmerksamkeit. Diese aber ist, wie wir alle wissen, die Währung der Gegenwart, heiß begehrt, hart umstritten und immer schwieriger zu generieren. Was mich zurückbringt zur Gretchenfrage und zu einem Eingeständnis, das mir selbst nicht sonderlich gefällt: In meinem bisherigen Bergsteigerleben war die Triebfeder das Bergsteigen, und damit auch der Wettbewerb, und die Berge boten dafür lediglich die Bühne.

Ein solches Bergsteigen nährt eine Meritokratie, in der diejenigen am meisten zählen, die das Schwierigste, Gefährlichste und Wildeste gemacht haben. Einem solchen Bergsteigen ist der Berg als Naturraum aber mehr oder weniger egal. Der Gegenentwurf dazu wäre ein Bergsteigen, das frei ist von äußeren und inneren Zwängen. Und das nicht mehr und nicht weniger als das Mittel ist, um in den Bergen zu sein. Eine Umkehrung der Perspektive wäre das, und dies allein könnte jede Menge bewirken. ■

Sicherheit beim Bouldern. Bouldern erfreut sich wachsender Beliebtheit und wird oft als die „sichere“ Alternative zum Klettern angepriesen. Denn Sicherheit beim Bouldern ist ein Thema, das keineswegs unterschätzt werden sollte.



Recht & Haftung. Bergführer und Tourenleiter fürchten juristische Konsequenzen oft mehr als alpine Gefahren, obwohl strafrechtliche Folgen selten sind. In der nächsten Ausgabe widmen wir uns den brennendsten Fragen im nicht rechtsfreien „Bergraum“.



bergundsteigen Jahrgang 34, Auflage: 27.000
Herausgeber Deutscher Alpenverein, Schweizer Alpen-Club SAC, Alpenverein Südtirol, Österreichischer Alpenverein
Medieninhaber Österreichischer Alpenverein, ZVR 989190235, Olympiastraße 37, 6020 Innsbruck, Fon +43 512 59547-30, redaktion@bergundsteigen.at
Redaktion Gebhard Bendler – Chefredakteur, gebhard.bendler@alpenverein.at, Dominik Prantl, Alexandra Schweikart, Chris Semmel, Birgit Kluibenschädl
Onlineredaktion Simon Schöpf, Rabea Zühlke, www.bergundsteigen.com
Redaktionsbeirat Jörg Randl, Gerhard Mössmer, Markus Schwaiger, Georg Rothwangl (alle ÖAV); Julia Janotte, Stefan Winter, Markus Fleischmann (alle DAV); Marcel Kraaz (SAC); Stefan Steinegger (AVS)
Redaktionsbeirat Bergführerverbände Albert Leichtfried (VÖBS), Reto Schild (SBV), Erwin Steiner (Berg- und Skiführer Südtirol), Michael Schott (VDBS)
Anzeigen inserate@bergundsteigen.com
Abonnement € 38,- / Österreich € 34,- / vier Ausgaben (März, Juni, September, Dezember) inkl. Versand und Zugang zum Online-Archiv auf www.bergundsteigen.com
Aboverwaltung Theresa Aichner, abo@bergundsteigen.at
Leserbriefe dialog@bergundsteigen.com
Layout Christine Brandmaier, Telfs, grafische@auseinandersetzung.at, Julian Rappold, Anna Hoellrigl, Anna Brunner
Textkorrekturen Birgit Kluibenschädl, Stefan Heis
Druck Alpina, 6022 Innsbruck
Titelbild grafische auseinandersetzung, Christine Brandmaier, – Illustration: Anna Brunner

Dialog Wir freuen uns über kritische Rückmeldungen, Meinungen und Anregungen sowie über Beitragsvorschläge (redaktion@bergundsteigen.com) und bitten um Verständnis, dass wir nicht alle eingehenden Mails beantworten können. Sofern nicht ausdrücklich untersagt, behalten wir uns vor, Mails an dialog@bergundsteigen.com in der Rubrik Dialog zu veröffentlichen.

Inhalt Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung der Autor:innen wieder und nicht unbedingt der Herausgeber oder der Redaktion. Bitte nicht wundern, wenn in derselben Ausgabe verschiedene Meinungen vertreten sind und argumentiert werden. bergundsteigen versteht sich als Zeitschrift für ein Fachpublikum, das an aktuellen Entwicklungen, neuen Ergebnissen und kontroversen Diskussionen interessiert und imstande ist, sich eine eigene Meinung zu bilden. Beiträge, die mit den Herausgeberverbänden (oder einigen davon) abgestimmt sind und deren Empfehlungen wiedergeben, sind mit dem unten abgebildeten Stempel gekennzeichnet.

Werbung Die abgedruckten Inserate haben keinen Einfluss auf redaktionelle Inhalte. Bei bergundsteigen ist es nicht möglich, Artikel oder Berichterstattung zu kaufen. Wir haben ein sehr gutes und kritisches Verhältnis zu den meisten namhaften Bergsportherstellern (egal ob sie inserieren oder nicht), tauschen uns mit diesen regelmäßig aus und führen auch gemeinsam Messungen/Feldtests o. Ä. zu aktuellen Fragestellungen durch, was in den entsprechenden Beiträgen angeführt wird. Die bergundsteigen-Redaktion nimmt an keinen Reisen/Veranstaltungen usw. teil, welche von Herstellern bezahlt werden. Alle vorgestellten Produkte werden in der Praxis verwendet und es wird angegeben, ob sie gekauft oder kostenlos zur Verfügung gestellt wurden.

bergundsteigen wird empfohlen von den Bergführerverbänden Deutschland, Südtirol, Österreich, Schweiz sowie vom Europäischen Bergführerverband Exekutive.



bergundsteigen fördert Land Tirol



A230G, der Name ist Programm – inspiriert von der kraftvollen Natur. Designt mit Erfindergeist und hergestellt in weltweit bekannter Schweizer Präzision.

Leicht, stabil, sicher und langlebig

Einstellbare Z-Werte für Front- und Torsions-Auslösung

4-stufige Steighilfe

Hergestellt aus hochfestem Flugzeug-Aluminium

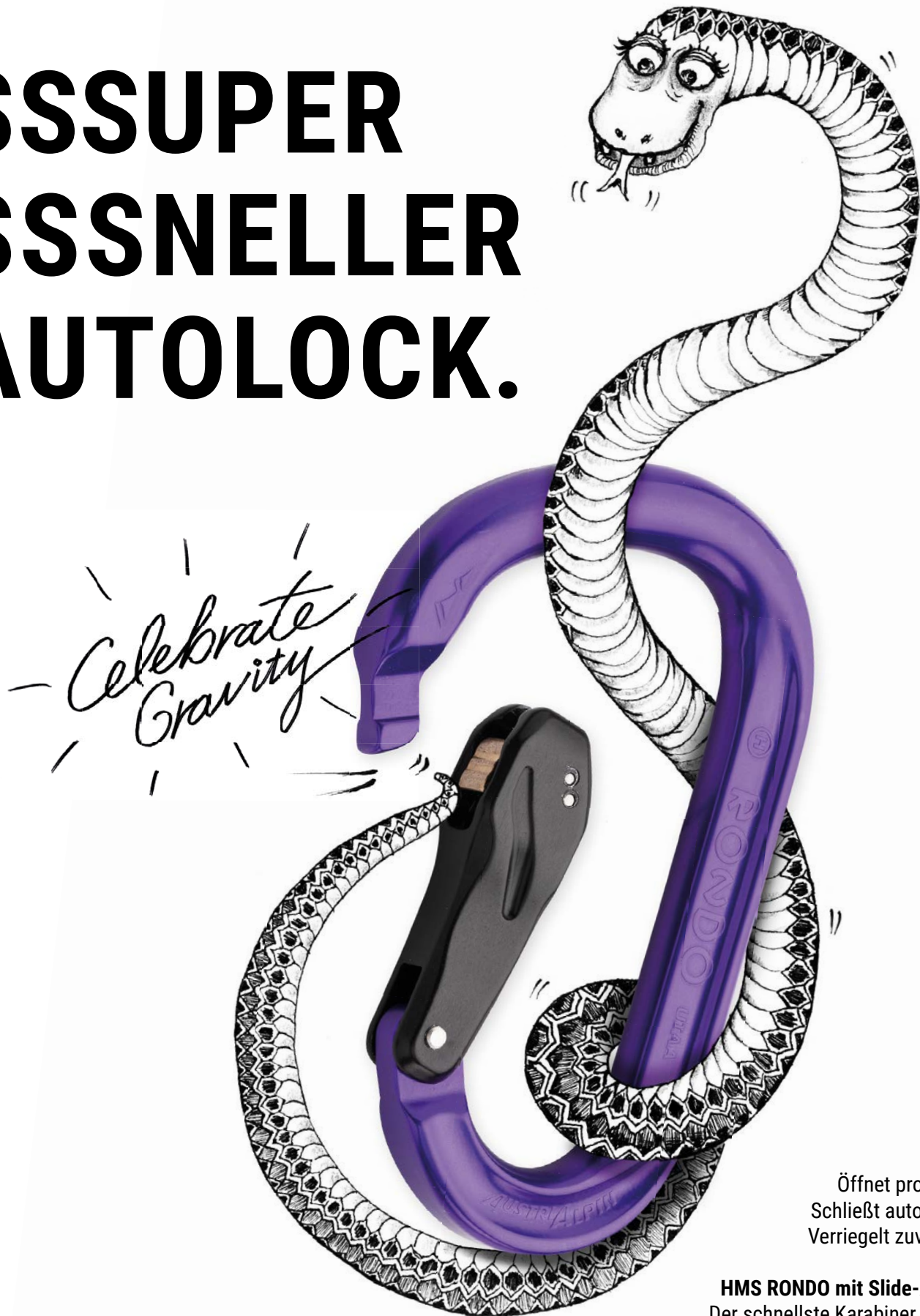
Leichtgewicht 230g inkl. Stopper



„Fomo“ mal anders rum:



SSSUPER SSSNELLER AUTOLOCK.



Öffnet problemlos.
Schließt automatisch.
Verriegelt zuverlässig.

HMS RONDO mit Slide-Autolock
Der schnellste Karabiner der Welt.



EXPERIENCE
THE DIFFERENCE

Wenn die hochentwickelte Technologie des MATRYX®-Gewebes auf die Kreativität der Petzl-Entwicklungsabteilung trifft, entsteht WHISPER - ein revolutionärer neuer Klettergurt, der die hohen Anforderungen des technischen Bergsteigens und des leistungsorientierten Kletterns erfüllt. Mit dem WHISPER ist keine Route mehr unmöglich!

© 2025 - Petzl Distribution - Foto: Arnaud Chlédric, Athlet: Colin Haley



Access
the
inaccessible®