

An den Fels - aber richtig!

Von Stefan Winter

Ohne Helm am Naturfels? In eigener Verantwortung akzeptabel, wenn die Rahmenbedingungen stimmen.

Panorama erklärt in einer dreiteiligen Serie das Basiswissen für die ersten Meter im Klettergarten bis hin zu Mehrseillängenrouten für Sportkletterer und einfachen alpinen Routen im Gebirge. Teil 1 informiert Hallenkletterer, die das erste Mal am Fels klettern wollen, über die Grundsätze zum sicheren und verantwortungsvollen Klettern in kurzen Routen.

Haben Sie das Klettern in der Halle angefangen? Schätzen Sie den sicheren Sport nach Feierabend, bei jedem Wetter und ohne große Anfahrt? Sehnen sich aber trotzdem nach frischer Luft, Natur und echtem Fels – wie viele Kletterhallenbesucher? Dann soll Ihnen dieser Beitrag die ersten Schritte ins „wirkliche“ Kletterleben erleichtern.

Es geht aber nicht nur darum, in Klettergärten sicher und mit Spaß zu steigen. Durch Ihr Verhalten können Sie auch dazu beitragen, dass das Outdoor-Klettern in Deutschland weiterhin möglich bleibt und gesellschaftliche Anerkennung behält: indem Sie zeigen, dass Kletterer mit der Natur, ih-

ren Mitsportlern und den Anwohnern rücksichtsvoll und verantwortlich umgehen. Übrigens: Sicherheit braucht Erfahrung und Praxis. Am besten lernen Sie Klettern in einem Kurs oder von einem kompetenten Begleiter.

Planung und Vorbereitung

Generell empfiehlt es sich für Naturfels-Einsteiger, mit kurzen und optimal gesicherten Einseillängenrouten zu beginnen; sie bieten Sicherheitsreserve beim Lernen. Bei der Auswahl des passenden Gebietes für die eigenen Ansprüche und Fähigkeiten helfen folgende Fragen:

■ Wie weit darf die Anfahrt für die verfügbare Zeit sein? Kann man sie

möglichst mit öffentlichen Verkehrsmitteln gestalten?

■ Ist der Fels für das Klettern freigegeben? Aus Naturschutzgründen oder wegen anderer Interessengruppen (Anwohner, Landwirtschaft) sind manche Felsen für das Klettern ganz oder teilweise gesperrt. In seltenen Fällen ist auch die Anzahl der Kletterer kontingentiert und eine vorherige Anmeldung notwendig. Die DAV-Broschüre „Zu Gast in den Felsen“ enthält Informationen zum naturverträglichen Klettern. Für Deutschland bietet die Website www.dav-felsinfo.de alle wichtigen Informationen.

■ Wie viele Routen im gewünschten Schwierigkeitsgrad bietet der Fels oder

das Gebiet? Da die ersten Schritte im Naturfels erfahrungsgemäß schwererfallen, empfiehlt es sich, anfangs ein bis zwei Schwierigkeitsgrade unter der persönlichen Grenze zu bleiben.

■ Wie ist die Absicherung? Achtung: Am Fels findet man keine regelmäßig gewarteten Haken und normierten Hakenabstände wie in der Kletterhalle vor. Geeignet sind Wandhöhen von 10 bis 25 Meter, Hakenabstände von einhalb bis drei Meter und fixe Umlenkkarabiner; selbst abzusichernde Routen sollte man meiden.

All diese Informationen findet man in Kletterführern mit Routentopos oder auf www.dav-felsinfo.de. Jeder Führer hat seine eigene Struktur und stellt die Informationen zum Gebiet und jeder einzelnen Route anders dar. Das DAV-Gütesiegel garantiert, dass aktuelle Naturschutzregelungen berücksichtigt sind.

Anreise und Zugang

Felsen sind nicht perfekt auf Besucher abgestimmt! Man muss für Anreise und Zugang genügend Zeit einplanen. Falls man den Fels nicht mit Bahn und Bus erreichen kann, ist es wichtig, nur auf ausgewiesenen Parkplätzen zu parken und sein Auto nicht „wild“ irgendwo hinzustellen, etwa auf Privatgrund oder land- und forstwirtschaftliche Zufahrtswege – das kann zu Verärgerung und unnötigen Konflikten führen.



Wenn die Anreise nicht mit Bahn und Bus möglich ist, sollte man nur auf ausgewiesenen Parkplätzen parken. Oft informieren Hinweistafeln über den besten Zugang und aktuelle Regelungen am Fels. Sperrungen dienen dem sozialen Frieden und dem Schutz der Natur, wie etwa des Wanderfalken.

Foto: Stefan Winter (3), DAV

In vielen Klettergebieten informieren Hinweisschilder am Parkplatz oder an einem zentralen Punkt über lokale Regelungen, Betretungsverbote und den besten Zustiegsweg. Für ein ungestörtes Miteinander von Kletterern, Anwohnern und Natur sollte man sich daran halten.

Die meisten Naturfelsen erfordern einige Minuten Zustieg – eine willkommene Aufwärmeinheit. Am Fels braucht man einen Platz fürs Rucksackdepot; am besten etwas abseits der Wand und nicht direkt am Wandfuß, damit alle Kletterer ungehinderten Zugang zu ihrer Wunschroute haben.

Nachdem man sich mit dem Führer einen groben Überblick über den Wandcharakter und die Routenverteilung verschafft hat, kann man abwägen, ob ein Helm angesagt ist. Der Schutz für die dünne Hirnschale kann aus unterschiedlichen Gründen sinnvoll sein: In den Routen und am Aufstieg können loses Gestein oder Äste liegen, die andere Kletterer oder der eigene Vorsteiger lostreten können. Auch die Ernsthaftigkeit der ausgesuchten Route muss man berücksichtigen, etwa weite Hakenabstände, Quergänge oder brüchiges Gestein: Dann ist ein Helm sehr empfehlenswert. Ist dagegen die Wand senkrecht bis überhängend, von losen Steinen „ausgeputzt“ und bietet sie kurze Hakenabstände, dann klettern erfahrene Kletterer nach eigenverantwortlicher Gefahrenabwägung meistens ohne

Helm – anders als im Gebirge, wo der Helm Standard ist. (s. Abb. 1)

Anseilen und Partnercheck

An manchen Felsen ist der Wandfuß steil und unbequem. Dann ist es besser, den bequemen Platz des Rucksackdepots zu nutzen, um den Gurt anzulegen, das Material vorzubereiten, die Kletterschuhe anzuziehen und sich anzuseilen. Anschließend, spätestens aber am Einstieg vor jeder Route, macht man wie beim Hallenklettern den gegenseitigen Partnercheck (Gurtverschlüsse, Anseilknoten und Anseilpunkt, Karabiner und Sicherungsgerät, Seilende abknoten; siehe Abb. 2). Der Einstieg der Route ist oft an der Wand angeschrieben; falls nicht, muss man ihn anhand des Topos identifizieren. Symbole und Skizzen spiegeln die Wandstrukturen und die exakte Lage der Route wider. In der Wand fehlen Markierungen; die Route muss selbst gefunden werden. Bei Unklarheiten hat es schon oft geholfen, andere Kletterer am Fels zu fragen; sie können auch häufig Tipps zum Routencharakter oder zu verborgenen Problemstellen geben.

Sicherungsposition

Der Sichernde braucht eine solide Standfläche in der Falllinie des ersten Hakens, also einen möglichst ebenen Platz von ein bis zwei Metern. Nicht immer ist dieser Platz verfügbar wie in einer Kletterhalle. Besteht gar Absturz- oder Abrutschgefahr für den Si-

Fels ist kein Plastik

Felsklettern in der Natur ist schön, aber im Klettergarten gelten nicht die Sicherheitsnormen wie in der Halle:

- Fels und Haken sind keine regelmäßig gewarteten Sportgeräte,
- an jeder Wand/Route herrschen andere Bedingungen,
- zusätzliche Sicherungstechniken sind notwendig und
- es lauern versteckte Gefahren, so dass
- jede Route einen eigenverantwortlichen Risikocheck verlangt.





Abb. 1: Am Rucksackdepot in sicherer Entfernung entscheidet man, ob der Helm notwendig ist.



Abb. 2: Vor jedem Einstieg: Partnercheck! Gurtverschlüsse, Knoten, Sicherung, Seilende verknotet?



Abb. 3: An steilen Wandfüßen: Selbstsicherung, um den Vorsteiger nicht aus der Wand zu ziehen



Abb. 4: Hoher erster Haken oder weite Hakenabstände: Gefahr! Keile legen, topopen oder verzichten.

chernden, sollte er sich fixieren: an einem Baum, Haken oder einer Sanduhr, möglichst mit Rücksicht auf die Vegetation. Die Selbstsicherung kann man mit Seil und Mastwurf oder mit einer Bandschlinge aufbauen. (s. Abb. 3)

Routenverlauf und Kommunikation

In der Kletterhalle führen aus Platz- und Sicherheitsgründen die Routen ziemlich gerade und kreuzungsfrei nach oben. Am Fels ist das nicht immer der Fall: Die Route passt sich den Felsgegebenheiten an. Es kann durchaus passieren, dass der Kletterer aus dem Sichtfeld verschwindet. Deshalb ist es wichtig, grundsätzlich standardisierte Seilkommandos zu verwenden.

Beim Sportklettern kommt man normalerweise mit zwei Kommandos aus, mit denen der Kletternde den Sichernden instruiert: „ZU“ und „AB“. „ZU“ bedeutet für den Sichernden, das Bremsseil straffzuziehen und zu blockieren. Das braucht man zum Rasten in der Route oder nach dem Clippen oder Fädeln des Seils in die Umlenkung. Wenn der Kletternde den Zug des Sichernden am Seil spürt, kann er sich „reinsetzen“. Danach gibt er mit dem Kommando „AB“ dem Sichernden Bescheid, dass er abgelassen werden möchte. Mit diesen Kommandos lässt sich in den meisten Klettergärten ein wichtiges Sicherheits-Grundprinzip verwirklichen: Der Kletternde bleibt so lange in der Sicherung, bis er wieder den Boden erreicht hat. Bei langen Routen oder mit unbekanntem Partner sollte man sich vor dem Einsteigen un-

bedingt über die Kommandos einigen. Und wenn mehrere Kletterer am Fels sind, kann es sinnvoll sein, den Namen des Partners mit zu rufen.

Kreuzt oder berührt die gewünschte Route eine andere oder werden gemeinsame Haken verwendet, muss man sich rechtzeitig mit den Nachbarletterern abstimmen, um Störung oder Gefährdung zu vermeiden. Vor allem in einer Umlenkung dürfen nicht zwei Seile parallel laufen (Lösungsmöglichkeit: Eine Seilschaft fädelt direkt, die andere durch zwei gegengleich parallele Expressschlingen).

Zwischensicherungen und Hakenabstände

Am Fels muss man alle Expressschlingen selbst mitnehmen und einhängen! Deshalb muss vor dem Einsteigen klar sein, welches und wie viel Material man für die Route braucht. Gerade in Routen vom dritten bis sechsten Grad stecken oft nur wenige Haken. Vor allem der erste Haken steckt in einfachen Routen oft erst am Ende eines Wandvorbaus, also sehr hoch und erst direkt vor der ersten schweren Stelle. Doch auch danach können weite Hakenabstände (Runouts) die Gefahr von Bodensturz oder weiten, verletzungsgefährlichen Stürzen bringen. Solchen Situationen kann man durch Wahl einer anderen Route oder mit drei bis vier Strategien begegnen. (s. Abb. 4)

Option eins ist das kontrollierte Steigen, jederzeit mit Reserven zum Zurückklettern. Dafür braucht man Erfahrung im Abklettern, gute Nerven und eine geschulte Wahrneh-

mung und Vorstellung. Man muss nämlich jederzeit korrekt abschätzen, wie lange die Kraft noch reicht, ob man noch zu einem sicheren Punkt zurückklettern kann und was im Fall eines Sturzes maximal passieren kann – für Anfänger im ungewohnten Felsgelände nicht zu empfehlen.

Eine bessere Möglichkeit ist, zusätzliche Zwischensicherungen selbst zu legen: mit mobilen Sicherungsmitteln, also Sanduhrschlingen, Klemmkeilen oder -geräten wie Friends. Das ist in manchen Klettergärten zwingend einkalkuliert; normalerweise wird dann im Führer darauf verwiesen. Doch auch das mobile Absichern ist eine Technik, die gründlich gelernt

Einseillängenrouten: So geht's gut

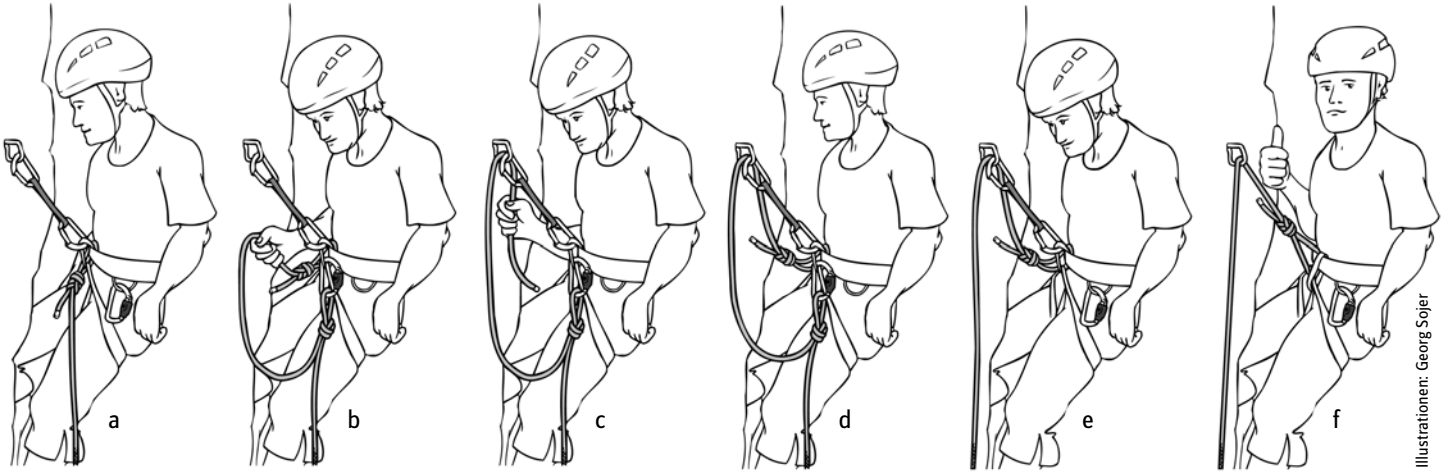
Klettergartenbesucher ...

- klettern in der Anfangszeit ein bis zwei Grade unter ihrer Grenze,
- planen den Tag und jede Route genau vor,
- machen immer den Partnercheck,
- beachten die beschriebenen Standards,
- gehen kein unnötiges Risiko ein und
- nehmen als Gast Rücksicht auf die Umwelt.

Die wichtigsten Tipps:

- Seillänge 60 Meter oder mehr,
- Helmverzicht nur nach eigenverantwortlicher Abwägung,
- Seilkommandos „ZU“ und „AB“,
- der Kletterer bleibt in der Sicherung, bis er wieder am Boden ist.





Illustrationen: Georg Sojer

Abb. 6: Umbauen zum Ablassen: a) Selbstsichern mit einer oder zwei Expressschlingen, die während des Umbaus immer belastet bleiben müssen. b) Seil mit Schrauber am Anseilring fixieren. c) Anseilknoten öffnen und Seil fädeln. d) Wieder einbinden. e) Seilfixierung lösen. f) Kommando „ZU“. Wenn Seilzug spürbar: Selbstsicherung entfernen, Kommando „AB“ – und runter geht's.

und geübt sein will; der zweite Teil dieser Serie geht darauf genauer ein.

Den entspanntesten Umgang mit „sportlicher“ Absicherung (weiten Hakenabständen) erlaubt die Toprope-Sicherung. Dazu braucht man allerdings einen sicheren Vorsteiger, denn von oben sind die Umlenkungen in den meisten Klettergärten nicht erreichbar: wegen gefährlichen Geländes oder zum Schutz der empfindlichen Felskopf-Flora.

Häufig sieht man auch „Clipsticks“ in Klettergärten: Das ist ein ausfahrbarer Stab mit einer Halterung für eine Expressschlinge, mit dem man Schlinge und Seil aus einigen Metern Entfernung einhängen kann. Von ei-

ner einwandfreien Begehung im Sinne leistungssportlicher Ethik kann man dann natürlich nicht mehr reden.

Umlenkung, Topropen, Abbauen

Normalerweise endet eine Einseillängenroute nach 15 bis 30 Metern und man kann am Ende eine fixe Umlenkung clippen oder fädeln. Bereits im Vorfeld muss man sich also über die notwendige Länge des Seils klar sein, denn zum Ablassen braucht man noch mal die Seillänge der Route. Kurze Halteseile haben deshalb nichts im Klettergarten zu suchen; das am Ende abgeknotete 60-Meter-Seil ist Standard.

Als Umlenkung stecken in modern eingerichteten Gebieten meistens zwei mit einer Kette verbundene Bohrhaken. Hängt in dieser Kette ein Umlenkarabiner, kann man diesen nach einer Sichtprüfung clippen wie in der Kletterhalle. Möchte der Seilpartner die Route topropen, hängt man als Redundanz eine Expressschlinge dazu und belässt die letzte Zwischensicherung.

Hat der Stand nur Ringe, Kettenglieder oder Bühlerhaken, hängt die Art des Umlenkens davon ab, ob der Seilpartner die Route ebenfalls steigen will oder nicht. Falls ja – egal ob im Toprope oder Vorstieg – lenkt man das Seil in zwei Expressschlingen um. Der letzte Begeher muss die Route „abbauen“, also das Seil direkt durch Ring, Kettenglied oder Bühler fädeln. Dazu sichert man sich mit einer Expressschlinge (oder bequemer mit zwei) selbst am Umlenker. Diese Sicherung muss immer belastet bleiben! Dann fi-

xiert man das Seil mit Verschlusskarabiner am Anseilpunkt, mit etwa einem Meter Schlappseil zum Knoten. Dann öffnet man den Knoten, fädelt das Seil, bindet sich wieder ein und löst die Fixierung. Nach dem Kommando „ZU“ zieht der Partner das Seil straff, man setzt sich rein, löst die Selbstsicherung und wird nach dem Kommando „AB“ abgelassen. (s. Abb. 5 und 6)

Der Letzte in der Route muss die Zwischensicherungen (Expressschlingen und mobile Sicherungsmittel) mitnehmen. Das geht am besten beim Topropen; muss man es während des Ablassens machen, hilft bei schrägem oder überhängendem Routenverlauf eine „Seilbahn“-Expressschlinge zwischen Anseilpunkt und heruntergehendem Seil, in der Linie zu bleiben. An der letzten Zwischensicherung vor dem Boden zuerst die Seilbahn aushängen, dann das Seil, dann die Expressschlinge aus dem Haken – Vorsicht auf Pendel- und Anprallgefahr.

Wo immer eine Umlenkung vorhanden ist, sollte man diese nutzen, um die sensible Vegetation am Felskopf zu schonen. Zum guten Ton unter Kletterern gehört es, vor allem in stark besuchten Klettergärten Routen nicht unnötig zu blockieren. Möchte man die Route nach einer Pause noch einmal probieren, sollte man das Seil abziehen oder anderen Interessenten die Nutzung erlauben. □



Abb. 5: Zum Abbauen umgelenktes Seil in Zwei-Bühler-Umlenkung. Will man topropen, sollte man einen Karabiner einhängen, um den Haken zu schonen.

In der nächsten Folge geht es um mobile Sicherungen, Abseilen und Mehrseillängen-Sportklettern. Über weitere Besonderheiten des Klettergartens und zur Aktion Sicher Klettern informieren Poster in vielen Kletterhallen und die Websites www.sicher-klettern.de und www.dav-felsinfo.de