

Sportklettern – «climbingiscool.ch»: Toprope – Sichern anwenden: Sturz halten nach Vorwarnung

Die SuS proben in dieser Übung den Ernstfall und lernen, wie sie im Fall eines Sturzes reagieren sollten.

Nach dem Partnercheck beginnen die kletternden SuS zu klettern. Sobald sie mit den Füßen etwa auf Kopfhöhe der sichernden SuS sind, ruft die LP: «Achtung – jetzt!». Auf dieses Kommando setzen sie sich, ohne zu zögern, ins Seil.

Dieser Vorgang wird 1-2 × wiederholt, bis das Top erreicht ist. Dadurch, dass der «Sturz» angekündigt wird, haben die Primärsichernden Zeit, das Seil straff zu ziehen und in Bereitschaftsstellung zu gehen: leicht gebeugte Beine und das Bremsseil fest umschlossen!

Variationen

- Die Seilschaften arbeiten selbstständig und die kletternden Personen kündigen den Sturz selber an.
- Die Stürze werden nicht mehr angekündigt.

Hinweise zur Sicherheit

- Die Kletternden dürfen sich nicht zu früh (d. h. in Bodennähe) ins Seil setzen, da insbesondere schwere SuS bei grosser Seildehnung auf den Boden prallen könnten.
- Es empfiehlt sich, dicke Sprungmatten unter die Wand zu legen, solange die SuS noch wenig Sicherungserfahrung haben.
- Gefahrenmomente und korrekte Verhaltensweisen
- Die Primärsichernden stehen in der Falllinie der kletternden Personen und könnten von ihnen getroffen werden. → Zwar nahe bei der Wand, aber immer versetzt zur Falllinie stehen.
- Die kletternde Person klettert seitwärts und riskiert einen Pendelsturz. → Unbedingt gerade hoch klettern, d. h. eine Route auswählen, die senkrecht hoch führt

Checkliste «Verhaltensregeln für das Toprope Klettern»

«Primärsichernde»

- Partnercheck: Mit Augen und Händen (Funktionskontrolle des Halbmastwurfs).
- **Standort**: Neben der Falllinie oder ausserhalb des Sturzraumes.

- **Sicherungsbewegung:** Korrekte Haltung der Hände (Daumen zeige vom Karabiner weg), korrektes Übergreifen, «Tunnelgriff» und vor allem: Bremsseil nie loslassen!
- **Aufmerksamkeit:** Das Seil immer straff halten! Falls die kletternde Person zu schnell klettert, fordere ich sie auf zu warten.
- **Reaktion auf Seilbefehle:** auf den Befehl «Block» sofort das Seil anspannen, einen Schritt rückwärts machen und mich ins Seil setzen.
- **Ablassen:** langsam und gleichmässig; das Bremsseil mit beiden Händen halten!

Sekundärsichernde

- **Partnercheck mit den Augen:** Die gegenseitige Kontrolle der kletternden Person und der primär sichernden Person mitverfolgen.
- **Aufmerksamkeit:** Die kletternde Person beobachten und das Seil, welches von der primär sichernden Person kommt, einnehmen; dabei das Seil immer mit beiden Händen halten!
- **Standort:** seitlich versetzt (ca. 1 m) zur primär sichernden Person, ausserhalb des Fallraumes der kletternden Person!

Kletternde Personen

- **Partnercheck:** mit Augen und Händen.
- **Ankündigen, wenn ich mich ins Seil setze:** «Block» rufen und mich erst dann ins Seil setzen, wenn es spürbar gespannt ist.
- Nicht zu schnell klettern.
- Nicht zu weit seitwärts klettern, um die Gefahr eines Pendelsturzes zu vermeiden.
- Beim Ablassen die Wand hinunter schreiten (Beine rechtwinklig zur Wand).

Quelle: Markus Kümin, Sport- und Englischlehrer an der Kantonsschule Frauenfeld, Projektleiter climbingischool.ch beim SVSS



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO