

Skitouren: Sicherheitsmassnahmen

Die Sicherheit auf Skitouren hängt von den Verhältnissen, dem gewählten Gelände und den beteiligten Menschen ab. Es ist die Aufgabe der Leiterinnen und Leiter diese drei Faktoren geschickt zu kombinieren und den Sicherheitsrahmen klar zu kommunizieren. Werden diese Grundsätze eingehalten, können unter Leitung durch eine Fachperson auch Ungeübte problemlos Skitouren unternehmen.



Beim Skitourengehen und beim Skifahren ist die Lawinengefahr ein ständiger Begleiter. Deshalb ist für jede derartige Aktivität eine sorgfältige Risikoabschätzung Pflicht. Im Bereich von Pisten und gesicherten Routen übernehmen dies die Verantwortlichen des Skigebietes und sperren falls nötig Pisten oder Routen.

Im freien Gelände erfolgt diese Lawineneinschätzung durch die Skifahrerinnen und -fahrer. Somit ist klar: Im ungesicherten Gelände darf nur unterwegs sein, wer über eine Ausbildung und über Erfahrung in der Beurteilung der Lawinengefahr verfügt oder sich einer geführten Gruppe unter kundiger Leitung anschliesst.

Im potenziellen Lawinengelände gilt folgende Sicherheitsausrüstung als Standard: Lawinen-Verschütteten-Suchgerät (LVS), Lawinenschaufel und -Sonde. Damit im Ernstfall keine wertvolle Zeit verloren geht und die Kameradenrettung funktioniert, müssen alle Beteiligten die Anwendung dieser Sicherheitsausrüstung beherrschen.

Gesichertes Gelände

	Sicherheitsausrüstung und deren Anwendung Beherrschen	Lawinenausbildung / Lawinenprävention
Fahren auf Skipiste	fakultativ	fakultativ
Aufstieg auf Skipiste	fakultativ	fakultativ
Aufstieg auf gesicherter Skiroute	empfohlen	fakultativ

Ungesichertes Gelände

	Sicherheitsausrüstung und deren Anwendung Beherrschen	Lawinenausbildung / Lawinenprävention
Aufstieg auf markierter Skiroute	nötig für alle	nötig für Gruppenleiter/-in
Fahren neben der Piste	nötig für alle	nötig für Gruppenleiter/-in
Fahren im freien Gelände	nötig für alle	nötig für Gruppenleiter/-in
Aufstieg im freien Gelände	nötig für alle	nötig für Gruppenleiter/-in

Ausbildungen bei J+S

J+S bietet attraktive Leiter-Ausbildungen in den Sportarten **Skitouren** und **Skifahren/Snowboard**. J+S-Aktivitäten und -Lager mit Kindern und Jugendlichen werden von J+S direkt subventioniert und können auch Leihmaterial Gebrauch machen.

Skifahren und Snowboard

Die J+S-Ausbildungen im Skifahren und Snowboard beinhalten keinerlei Lawinenausbildung. Deshalb beschränkt sich der Einsatzbereich dieser Leiter/-innen **im freien Gelände** auf mässig steiles Gelände unterhalb 30° in pistennähe und nur nach Absprache mit dem örtlichen Pisten- und Rettungsdienst.

Skitouren

Grundausbildung: 6-tägiger J+S-Leiterkurs Skitouren

- Zielpublikum: aktive Skitourengehänger/-innen mit mindestens zwei Jahren Erfahrung im privaten Skitouren
- Einsatzberechtigung als Leiter/-in auf J+S-Skitouren-Aktivitäten mit Kindern und

Jugendlichen

Weiterbildung 1: 6-tägige Weiterbildung zur J+S-Kursleiter/-in 1 Skitouren

- Zielpublikum: aktive J+S-Leitende Skitouren
- Einsatzberechtigung: Hauptleiter/-in von J+S-Skitouren-Aktivitäten ohne Gletschern und Graten

Weiterbildung 2: 6-tägige Weiterbildung zum J+S Kursleiter 2 Skitouren

- Zielpublikum: aktive J+S-Kursleiter/-in 1 Skitouren
- Einsatzberechtigung: Hauptleiter von J+S-Skitouren-Aktivitäten im Hochgebirge

Weiterbildungsmöglichkeiten im Bereich Leistungssport für aktive SkiMo-Athletinnen als Grundlage für Trainertätigkeit.

Gefahren und Natur berücksichtigen

Werden Skitouren-Aktivitäten auf Skipisten durchgeführt, muss der Aufstieg ausschliesslich hintereinander und am Pistenrand erfolgen, besonders an unübersichtlichen Stellen. Dies beugt Kollisionen mit anderen Skifahrenden vor. Ausserhalb der Betriebszeiten herrscht auf Skipisten Lebensgefahr durch Lawinsprengungen und kaum sichtbare Stahlseile für die Pistenpräparierung.

Bei allen Skitouren-Aktivitäten sind zudem weitere Gefahrenquellen zu berücksichtigen:

- Die Absturzgefahr und die Kollision mit (überdeckten) Steinen/Felsen oder Bäumen.
- Im freien Gelände ist zudem die Orientierung mit den gängigen Orientierungsmitteln Karte, Kompass und Höhenmeter zu beherrschen, um ein Verirren vorzubeugen.
- Der Schutz vor Sonneneinstrahlung ist mit einer qualitativen und gutschliessenden Sonnen-/Skibrille und Sonnencreme und Lippenpomade zu gewährleisten.
- Vor Kälte schützen sich die Touren-Teilnehmenden mit einer zweckmässigen Kleidung, idealerweise im Zwiebschalenprinzip.
- Je nach Verhältnissen ist die Art, die Dauer oder der Ort der Aktivität anzupassen.

Skitouren und Skifahren finden draussen in der Natur statt. Diesen Platz teilen wir uns mit zahlreichen Tieren und Pflanzen. Diese sind in der harten Winterzeit besonders empfindlich. Deshalb sollen die Grundregeln der Kampagne «Respektiere deine Grenzen» immer eingehalten werden:

- Wildruhezonen und Wildschutzgebiete beachten.
- Im Wald auf Wegen und bezeichneten Routen bleiben.
- Waldränder und schneefreie Flächen meiden.
- Hunde an der Leine führen, insbesondere im Wald.

Mehr zum Thema

- [J+S-Merkblatt «Unfallprävention im Skitouren»](#) (pdf)
- [Bekleidung](#)
- [Umwelt und Verhältnisse](#)
- [Skitouren auf Skipisten](#)
- [Envirotool SAC für Umweltbildung](#)

Quelle: Christian Haug, J+S-Ausbildungsverantwortlicher Bergsteigen und Skitouren beim Schweizer Alpen-Club SAC und Bergführer; Malik Fatnassi, Chef Leistungssport Nachwuchs- und Elite-Kader Swiss Ski Mountaineering, SAC und J+S-Experte Skitouren



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO