

# Sportklettern – «climbingiscool.ch»: Toprope – Einstieg leicht gemacht

Beim Klettern am Seil haben die SuS, die sichern, eine grosse Verantwortung zu übernehmen. Die vorgeschlagenen Toprope-Übungen zeigen auf, wie sie nach den geltenden Standards schrittweise an diese Aufgabe herangeführt werden können.

**Bemerkung:** Sämtliche Übungen dieses Teils (siehe «Mehr zum Thema») basieren auf den Standards für das Klettern an der schuleigenen Kletterwand, die 2014 vom SVSS verfasst wurden, in Absprache mit J+S, IG Kletteranlagen, SAC und bfu.

→ Übungen «Toprope»

## Geltungsbereich



Foto1: Zwei Mädchen vor Kletterwand zeigen das Hintersichern

Die in den Videoclips demonstrierten Standards gelten für den Unterricht an schuleigenen Kletterwänden. Findet der Unterricht in kommerziellen Kletteranlagen statt, gelten grundsätzlich dieselben Sicherheitsstandards. Je nach Kletteranlage können jedoch zusätzliche Richtlinien gelten (insbesondere in Bezug auf die Gruppengrösse). Für Outdoor-Kletteraktivitäten gelten die Richtlinien von J+S.

## Zusammenfassung der wesentlichen Punkte



Foto 2: Der Belay Master hat eine schwarze Plastikklappe.

- **Lern-/Unterrichtsstufen:** SuS sollten frühestens ab dem 5. Schuljahr selbstständig sichern dürfen. Jüngere SuS haben in der Regel noch nicht die Reife, um Sicherungsverantwortung zu übernehmen.
- **Gruppengrösse:** Damit der Überblick gewährleistet ist, sollte die Lerngruppe maximal 12 SuS umfassen, die aufgeteilt sind in vier 3er-Seilschaften.
- **Anwenden des Prinzips der Hintersicherung:** Die SuS sichern und klettern in 3er-Teams (siehe Foto 1). Person A klettert, Person B ist die primär sichernde Person, Person C ist die sekundär sichernde Person, die einspringt, falls B das Bremsseil loslassen sollte.
- **Sicherungskarabiner mit höherer Redundanz:** Bezüglich Material empfiehlt es sich, sogenannte Safe-Lock-Karabiner zu verwenden. Der in den Clips gezeigte Sicherheitskarabiner nennt sich Belay Master (siehe Foto 2). Das Spezielle an diesem Karabiner ist die schwarze Plastikklappe. Sie kann nur geschlossen werden, wenn der Schraubverschluss ganz zuge dreht ist. Zudem verhindert sie das ärgerliche Drehen des Karabiners, was in manchen Fällen zur Blockierung der Halb mastwurfsicherung führt.

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**