

# Sicher Klettern in der Halle

## Fehler bei der Ausrüstung

Das Klettern in der Halle ist eine sehr sichere Sportart – statistisch gesehen passieren beim Fußball mehr Unfälle. Doch Fehler beim Klettern können schlimme Folgen haben.

Die **Kletterausrüstung ist grundsätzlich sicher**. Allerdings nur, wenn man sie richtig verwendet.

Fehler Nr. 1

### **Seil zu kurz:**

Führt zum Sturz, wenn das Seilende beim Ablassen durchs Sicherungsgerät rutscht – ein gar nicht so seltener Unfallhergang.

### **Abhilfe:**

Knoten ins freie Seilende machen; Seil mit bekannter (und sicher ausreichender) Länge verwenden; beim Klettern mit fremden Seilen vorher die Länge erfragen.

Fehler Nr. 2:

### **Gurt nicht korrekt geschlossen:**

Manche Gurte haben Schnellverschlüsse, bei anderen muss man das Gurtband urückschlaufen. Auf jeden Fall muss der Gurt sicher verschlossen eng an der Hüfte anliegen.

### **Abhilfe:**

Gurt korrekt verschließen, Gurtband stramm ziehen; Partnercheck.

Fehler Nr. 3:

### **Fehlbedienung des Sicherungsgeräts:**

Jedes Sicherungsgerät erfordert spezifische Handgriffe. Insbesondere beim Wechsel von einem Gerät auf ein anderes passieren immer wieder Unfälle durch Bedienungsfehler.

### **Abhilfe:**

Nur ein Sicherungsgerät verwenden, mit dem man vertraut ist; Bedienungsanleitung aufmerksam studieren; immer das Bremshandprinzip (Bremshand nie vom Seil nehmen) beachten.

## Fehler beim Vorsteigen - der Vorsteiger

Viele Kletterer fürchten sich im Vorstieg vor dem Sturz. Dabei liegen die Gefahrenquellen im Vorstieg meist ganz woanders. Normale Stürze sind dagegen harmlos.

Fehler Nr. 1:

### **Falsch einbinden:**

Eine Ursache für etliche schwere Unfälle

– unfertige oder unkorrekte Knoten bedeuten unter Umständen den Bodensturz.

### **Abhilfe:**

Einbindeknoten sicher beherrschen; Kletterer beim Einbinden nicht ablenken; Knoten prüfen, Partnercheck.

Fehler Nr. 2:

### **wischensicherungen auslassen:**

Die engen Hakenabstände in der Halle sind nötig, auch in leichten Routen. Griffe können unerwartet brechen oder sich drehen. Überraschende Stürze sind immer möglich, und vor allem auf den ersten zehn Metern besteht unter Umständen die Gefahr des Sturzes auf den Boden (wenn man zum Beispiel gerade das Seil hochgezogen hat, um den nächsten Haken einzuhängen).

### **Abhilfe:**

Grundsätzlich alle Zwischensicherungen (Haken) einhängen.

Fehler Nr. 3:

### **u eng zu anderen Kletterern aufschließen:**

Gefahr kann in der Halle auch von oben drohen: Wenn ein Kletterer direkt über einem stürzt, kann es zu schmerzhaften Zusammenstößen kommen.

### **Abhilfe:**

Abstand lassen, nicht kurz nach einem anderen Vorsteiger in eine Route direkt neben dessen Route einsteigen; Pendelstürze anderer Kletterer einkalkulieren.

# Fehler beim Vorsteigen - der Sicherungspartner

Wer sichert, hält die Gesundheit und das Leben seines Kletterpartners in den Händen. Mit dieser Verantwortung heißt es sorgsam umzugehen.

Fehler Nr. 1:

## **Falsche Sicherungsposition:**

Meterweit von der Wand entfernt zu stehen ist ebenso falsch wie sitzend oder liegend zu sichern. Auf den ersten Metern besteht dazu im Sturzfall Kollisionsgefahr mit dem Vorsteiger – in einem Fall führte das zur Querschnittslähmung des Sichernden!

## **Abhilfe:**

Wandnahe Sicherungsposition wählen; nicht direkt unter vorsteigenden Kletterern stehen; stehend und bewegungsbereit sichern.

Fehler Nr. 2:

## **Schlappseil beim Sichern:**

Schlappseil führt zur Sturzverlängerung, nicht nur in Bodennähe besteht die Gefahr, dass der Vorsteiger am Boden aufschlägt. Beim Topropen ist in Bodennähe zu beachten, dass sich das Seil beim Sturz dehnt.

**Abhilfe:** Immer auf Fühlung sichern: Das Seil soll nicht straff sein, aber nur leicht durchhängen; beim Überklettern des Hakens Seil wieder einnehmen; beim Topropen in Bodennähe Seil straff halten.

Fehler Nr. 3:

**Hartes Sichern beim Sturz:** Hart gebremste Stüre können zu ebenso hartem Anprall des Stürzenden an der Wand führen.

## **Abhilfe:**

Beim Sturz einen Schritt zur Wand hingehen oder leicht hochspringen, um den Sturz dynamischer zu bremsen.

Fehler Nr. 4:

## **u schnelles Ablassen:**

Macht Spaß, bis es einmal schiefeht: Ablassen mit voller Geschwindigkeit bis kurz über den Boden.

## **Abhilfe:**

Gleichmäßig und kontrolliert ablassen.

# Fehler beim Topropen

Auch die vermeintlich sicherste Variante des Kletterns hat ihre Tücken. Aufmerksamkeit ist angebracht, besonders auch im Gruppenbetrieb.

Fehler Nr. 1:

## **Falsches Einhängen am Gurt:**

Topropeseile sind oft mit fixen Knoten am Ende versehen, die mit dem Verschlusskarabiner am Gurt des Kletternden befestigt werden. Dabei sind schon alle möglichen Fehler aufgetreten: Einhängen an der Materialschleife des Gurtes, Verschlusskarabiner nicht geschlossen, halboffene Knoten eingehängt. Viele dieser Fehler endeten mit schwersten Verletzungen bis hin zum tödlichen Absturz.

## **Abhilfe:**

Vorhandene Knoten immer prüfen; Verschlusskarabiner (am besten: zwei gegengleich eingehängte) immer verschließen, Verschluss prüfen; Einhängen des Verschlusskarabiners nur in der Einbindeschleife; Partnercheck.

Fehler Nr. 2:

## **Aushängen des Umlenkers:**

Kommt (nicht nur bei Anfängern) vor: Im Toprope wird alles brav ausgehängt und ganz oben auch noch die Sicherung am Umlenker. Dieser Blackout passiert besonders schnell, wenn an Zwischensicherungen umgelenkt wird. Folge: ungebremster Bodensturz.

## **Abhilfe:**

Umlenker nicht aushängen; Einsteiger einweisen und beobachten; nie an Zwischensicherung topropen.

Fehler Nr. 3:

## **Topropen an Zwischensicherung:**

Gelegentlich zu beobachten: Ein Vorsteiger klettert nicht bis zum Umlenker, sondern wird an einer Zwischensicherung abgelassen. Im Anschluss wird an diesem Seil getopropet. Hier besteht die Gefahr, dass sich das Seil selbst aushängt.

## **Abhilfe:**

Topropen grundsätzlich nur an Umlenkern mit Redundanz (zwei Karabiner) oder mit Verschlusskarabiner.

Fehler Nr. 4:

## **Toprope in Überhang oder Querung ohne eingehängte Zwischensicherungen:**

Wenn das Seil schräg von oben kommt, pendelt der Kletterer im Sturzfall. Wenn oberhalb nichts eingehängt ist, können solche Pendler zu schmerzhaftem Aufprall auf Hindernisse (und andere Kletterer) führen.

## **Abhilfe:**

Zwischensicherungen (zumindest an strategischen Punkten) einhängen.

# Fehler beim Bouldern

Die Weichbodenmatten in Hallen verhindern beim Bouldern größere Verletzungen. Richtig gefährlich wird es aber, wenn Menschen zusammenprallen.

Fehler Nr. 1:

## **Aufenthalt im Absprunggelände:**

Auf den Boulderermatten sitzt es sich bequem, aber gefährlich, wenn in der Nähe gebouldert wird: Boulderer fliegen oft unkontrolliert durch die Luft. Besonders Kinder sind in Boulderbereichen gefährdet.

## **Abhilfe:**

Kein unnötiger Aufenthalt im Boulderbereich; nicht unter Boulderern sitzen oder stehen; Personen vor dem eigenen Bouldern auf Gefahren hinweisen.

Fehler Nr. 2:

## **Unkontrollierter Abgang:**

Es sollte in Kletterhallen nicht vorkommen, dass die Flugbahn beim Bouldern nicht frei ist. Aber wer aus einem waagrechten Dynamo seitlich weit hinausschießen könnte, sollte sich immer erst überzeugen, dass nirgends die Gefahr des Anpralls droht.

## **Abhilfe:**

Flugbahn antizipieren und auf Hindernisse prüfen.