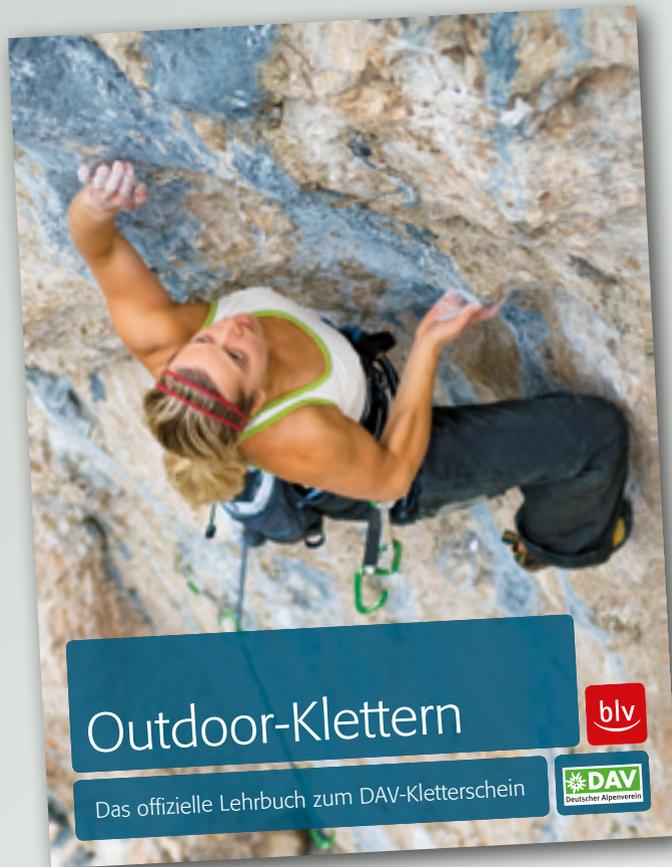




# Outdoor-Klettern Basics

Sicher und umweltbewusst im Klettergarten



## Das Buch zum Schein

### Alles, was man zum Klettern im Klettergarten wissen und können muss

- ▶ Know-how zum DAV-Kletterschein
- ▶ Inhalte der Ausbildungskurse
- ▶ von den Experten des Deutschen Alpenvereins

Outdoor-Klettern, Deutscher Alpenverein, BLV-Verlag, München 2013.  
Erhältlich unter [www.blv.de](http://www.blv.de) und [www.dav-shop.de](http://www.dav-shop.de)

## Sicher und umweltbewusst im Klettergarten

**Draußen ist anders:** Die meisten Kletterer beginnen den vertikalen Sport an einer künstlichen Kletterwand. Wenn es später von der Halle an den Fels geht, wird das Klettern facettenreicher, die Sicherungssituation anspruchsvoller und es gilt zusätzlich, ökologische Aspekte zu beachten.

- In den Lebensräumen am und um den Fels finden sich seltene Tier- und Pflanzenarten. Rücksichtsvolles Verhalten, Nutzungsregelungen und zeitlich befristete Sperrungen schützen diesen Lebensraum und ermöglichen ein Miteinander von Klettern und Naturschutz.
- In vielen Gebieten bestehen regionale Klettertraditionen, denen es mit Respekt zu begegnen gilt.
- An jeder Wand herrschen andere Bedingungen. Zusätzliche Sicherungstechniken sind notwendig.
- Der Fels ist kein gewartetes Sportgerät. Jede Route erfordert einen Risikocheck.

Ziel des Outdoor-Kletterscheins ist es, Indoor-Kletterer hinsichtlich Ökologie und Sicherheit zu sensibilisieren und praktisch auszubilden. Die Lerninhalte sind auf bohrhaken-gesicherte Einseillängenrouten im Klettergarten ausgelegt. Keile, Cams und Klettereien mit alpinerem Charakter werden nicht behandelt. Mobile Sicherungsmittel können jedoch auch im Klettergarten erforderlich sein. Ihre sichere Verwendung setzt Erfahrung voraus und wird am besten in weiterführenden Kursen erlernt.

Die Broschüre fasst die wesentlichen Inhalte der Ausbildung zusammen und dient als begleitendes Werkheft und zur späteren Erinnerung. In der Heftmitte befindet sich das heraustrennbare Prüfungsprotokoll mit Hinweisen zum Prüfungsablauf. Die Scheine werden von erfahrenen Trainern abgenommen. Sie haben keinerlei rechtliche Konsequenzen oder Lizenzcharakter und sind vergleichbar mit Leistungsabzeichen anderer Verbände.

Viele Inhalte der Kletterscheinausbildung sowie DAV-Regeln zum naturverträglichen und sicheren Klettern gibt es auf den folgenden Websites:

[www.sicher-klettern.de](http://www.sicher-klettern.de)

[www.alpenverein.de/draussen-ist-anders](http://www.alpenverein.de/draussen-ist-anders)

[www.dav-felsinfo.de](http://www.dav-felsinfo.de)



**Der Deutsche Alpenverein wünscht erlebnisreiches und unfallfreies Kletten!**

## Lebensraum Fels

### Naturinseln

- ▶ Felsen sind oft nahezu unberührte Inseln von Natur inmitten der hierzulande vorherrschenden Kulturlandschaft.
- ▶ Felsen sind wichtige Rückzugsorte für Pflanzen und Tiere. Oft findet sich eine große Artenvielfalt.
- ▶ Felsen in Deutschland sind gesetzlich geschützte Biotope.



### Sensible Felsvegetation

- ▶ Felspflanzen sind Spezialisten, die sich an die dort herrschenden, extremen Witterungsbedingungen angepasst haben.
- ▶ Viele Felspflanzen sind gefährdet und gesetzlich geschützt. Vor allem auf sonnigen Felsköpfen wachsen seltene Arten (u.a. Endemiten, Reliktpflanzen).



### Tiere am Fels

- ▶ Einige Vögel wie Wanderfalke, Uhu, Dohle oder Kolkrabe brüten am Fels und sind auf diesen Lebensraum angewiesen.
- ▶ Störungen gefährden den Bruterfolg.
- ▶ Auch Reptilien, Fledermäuse, Insekten und weitere Tierarten leben an den Felsen oder in deren Umgebung.

## Klettern und Naturschutz

### Vereinbarungen zum naturverträglichen Klettern

- ▶ Häufig gibt es von allen Beteiligten gemeinsam erarbeitete Kletterkonzeptionen, die das Klettern an den Felsen in naturverträgliche Bahnen lenken.
- ▶ Kletterkonzeptionen teilen Felsen meist in Zonen unterschiedlicher Nutzung ein:
  - 1 Ruhezone:** Kletterverbot
  - 2 Vorrangzone Naturschutz:** Klettern im bisherigen Umfang erlaubt
  - 3 Vorrangzone Klettern:** auch Erstbegehungen erlaubt
- ▶ Gebietsbetreuer setzen die Regelungen vor Ort um und sind wichtige Ansprechpartner.
- ▶ Kletterregelungen sind verbindlich – oft sind sie auch gesetzlich verankert.



### Sperrungen wegen Vogelschutz

- ▶ zeitlich befristete Sperrungen während der Brutzeit
- ▶ meist von Jahresbeginn bis Juni oder Juli, je nach Vogelart und Gebiet

### Schutz der Pflanzen

- ▶ ausgewiesene Zustiege benutzen, auf den Wegen bleiben
- ▶ Materialdepot an geeigneter, vegetationsfreier Stelle
- ▶ bewachsene Felsköpfe nicht betreten, Umlenkhaben benutzen
- ▶ stark bewachsene Felsbereiche nicht beklettern



## Draußen Klettern

### Planung und Anreise

- ▶ mit dem geplanten Gebiet vertraut machen (Topoführer, [www.dav-felsinfo.de](http://www.dav-felsinfo.de)).
- ▶ sich über die dort bestehende Kletterregelung informieren (Gibt es aktuelle Sperrungen?)
- ▶ in Fahrgemeinschaften oder besser mit öffentlichen Verkehrsmitteln anreisen, ggf. in Kombination mit dem Fahrrad
- ▶ angemessenes Verhältnis von Anreise- zu Aufenthaltsdauer, Campingplätze und Gasthäuser nutzen



### Aufenthalt im Gebiet

- ▶ Rücksicht auf Anwohner nehmen, Lärm vermeiden
- ▶ ausgewiesene Parkplätze benutzen
- ▶ rücksichtsvoll parken – keinesfalls Zufahrten zu Feldern oder Waldstücken blockieren
- ▶ keinen Müll hinterlassen, auch mal den Müll von anderen mitnehmen
- ▶ sofern möglich Toiletten benutzen
- ▶ sich über die Kletterethik des Gebietes informieren (z. B. Pfalz, Elbsandstein).
- ▶ regionale Besonderheiten beachten (Ist Magnesianutzung gestattet?)
- ▶ Fairplay auch am Fels: freundlicher Umgang, Routen nicht mit Topropes blockieren



### Geländebeurteilung

- ▶ die Beschilderung vor Ort beachten; oft ist der korrekte Zustiegsweg im Topoführer beschrieben.
- ▶ Zustiege durch nicht begangene Wiesen oder Waldabschnitte vermeiden – keine Abkürzer nutzen
- ▶ Steinschlaggefahr am Wandfuß abschätzen
- ▶ infrage kommende Routen durch Vergleich von Topo und Felswand finden

### Routenbeurteilung

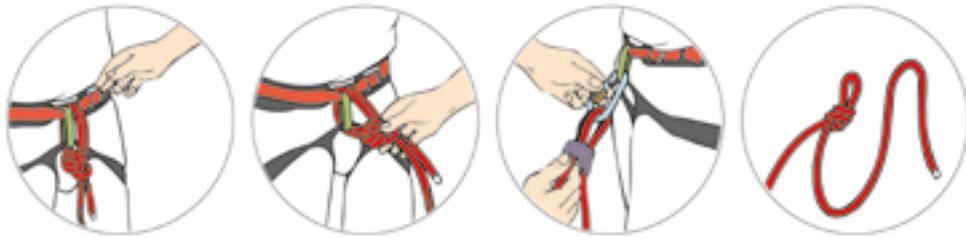
- ▶ die Felsqualität im Bereich der Route abschätzen, die Sicherungssituation (Hakenabstände, Bodensturzgefahr, Absätze) der gewählten Route prüfen
- ▶ Draußen besteht in der Regel keine Verkehrssicherungspflicht bezüglich der Qualität der Sicherungen. Jeder Kletterer ist eigenverantwortlich unterwegs. Erscheinen die Bohrhaken zeitgemäß und sicher?
- ▶ Existiert eine Umlenkung? Reicht das Seil beim Ablassen wieder bis zum Boden?
- ▶ Sind neben Exen weitere Sicherungsmittel erforderlich? Klemmkeile oder Cams können nötig sein. (Auf derartige Routen wird im Rahmen des Kletterscheins Outdoor verzichtet.)
- ▶ Entsprechen Felsqualität und Absicherung dem Können und der Vorstiegsmoral?



## Partnercheck vor jedem Start

### Inhalte Partnercheck Indoor

- ▶ Gurtverschlüsse korrekt verschlossen
- ▶ Anseilknoten und Anseilpunkt
- ▶ Karabiner und Sicherungsgerät richtig eingehängt
- ▶ Seilende abgeknotet



6 x , 1 x   
+ 2 für Umlenkung



### Zusätzliche Inhalte Partnercheck Outdoor

- ▶ mindestens eine Exe für jeden Haken und zusätzlich zwei Stück für die Umlenkung
- ▶ ggf. Extrakarabiner und Bandschlingen zum Fädeln oder für zusätzliche Sicherungen
- ▶ Helm für Kletterer und Sicherer (generelle Empfehlung). Oft kann Steinschlag nicht gänzlich ausgeschlossen werden und im Sturzfall besteht die Gefahr, dass der Kletterer mit dem Kopf anschlägt oder mit dem Partner kollidiert.
- ▶ Wer sich entscheidet, im Klettergarten ohne Helm zu klettern, muss Steinschlag und gefährliche Stürze ausschließen können.



Bitte Blatt heraustrennen und für die Prüfung verwenden.

### Hinweise zur Durchführung

- Die Prüfung findet gegen Ende des Kurses am Fels statt.
- Sie soll mit dem nötigen Ernst, aber möglichst stressfrei erfolgen.
- Hilfestellungen während der Prüfung dürfen nicht erfolgen.
- Im Falle vergessener oder nicht korrekt ausgeführter Protokollpunkte sind Wiederholungen gestattet.
- Abbauen und Abseilen sind vorzugsweise bodennah durchzuführen.
- Der Prüfer füllt das Prüfungsprotokoll vollständig aus.
- Das Protokoll verbleibt beim Prüfer bzw. der übergeordneten Stelle (z. B. Sektion).

### Hinweise zum Prüfungsteil Ökologie

- Die Prüfung findet in Gesprächsform innerhalb einer Gruppe mit maximal sechs Teilnehmern statt.
- Jeder Teilnehmer erläutert eines der sechs genannten Themen anhand der Grafik auf Seite 12 und stellt den Bezug zum Klettergebiet her.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
Name des Prüflings	Geburtsdatum
<input type="text"/>	
Sektion/Kursgebiet	
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Datum der Prüfung	Name des Prüfers
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Ort	Unterschrift des Prüfers

## Prüfungsprotokoll

### Routenbeurteilung und Partnercheck

	korrekt ausgeführt	nicht korrekt ausgeführt
Sicherungssituation entspricht Können und Vorstiegsmoral	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inhalte Partnercheck Indoor (Gurtverschlüsse, Anseilknoten, Sicherungsgerät, Seilende)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
zusätzlich Outdoor: korrekte Anzahl der Exen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
zusätzlich Outdoor: Helmfrage für Kletterer und Sicherer geklärt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ggf. erforderliche, weitere Sicherungsmittel mit dabei	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### Vorstieg Sichern

geeigneter Standort des Sichernden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wandfuß bzw. Sicherungsraum freigehalten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
korrekte Schlappseilmenge vorbereitet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Spotten bis zum ersten Haken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Position des Sichernden nach dem ersten Clip	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### Vorstieg Klettern

Zwischensicherungen aus stabiler Position geclippt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hakenkarabiner: Schnapper „gegenüber“ Kletterrichtung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seilkarabiner: Seil „unverdreht“ bzw. „in Linie“ eingehängt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
nicht hinter dem Seil gestanden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
oberhalb der Haken kontrolliert und reversibel geklettert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
lose erscheinende Griffe getestet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Prüfungsprotokoll

### Fädeln und Abbauen

korrekter Ablauf der einzelnen Schritte beim Fädeln	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Redundanz durch Seilfixierung im Sicherungsring	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
beim Fädeln die Selbstsicherung nicht entlastet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### Abbauen mit Abseilen

Selbstfixierung mit Ankerstichschlinge	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seilenden abgesichert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Abseilgerät korrekt eingehängt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Prusik korrekter Länge in Beinschlaufe eingehängt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
vor dem Aushängen der Selbstsicherung alle vier genannten Punkte geprüft	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### Ökologie

Planung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Anreise, Aufenthalt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verhalten am Wandfuß	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vogelschutz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Zonierung, Kletterkonzept	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Schutz des Felskopfes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Teilnahmevoraussetzungen

Beherrschen der Inhalte des DAV-Kletterscheins Vorstieg und des Sicherungs-Updates. Wer die Inhalte dieser Scheine nicht parat hat, kann von Kurs und Prüfung ausgeschlossen werden.

## Kursdauer und Teilnehmerzahl

Die Kursdauer beträgt mindestens zweieinhalb Tage (z. B. Freitagnachmittag bis Sonntag). Die Gruppengröße soll maximal sechs Teilnehmer pro Leiter betragen.

Der Kletterschein Outdoor Basics eignet sich für Kinder ab etwa 13 Jahren. Auch wenn Kinder einen Schein erhalten haben, besteht mindestens bis zum 14. Geburtstag Aufsichtspflicht für Eltern oder Trainer.

## Kursort und Durchführung

Die Anreise zum Kursort wird ökologisch sinnvoll durchgeführt. Die Felsen weisen geeignete Routen auf, die ohne zusätzliche Absicherung durch Keile oder Cams geklettert werden können. Der Kurs wird so durchgeführt, dass er vorbildhaft für sicherheits- und umweltbewusstes Klettern ist.

## Vermittlung der Ökologie-Themen

Die Inhalte des Bereichs Ökologie werden situationsbezogen und im passenden Zusammenhang des Kursverlaufs vermittelt. Wichtige Anhaltspunkte sind die im Prüfungsbild auf Seite 12 dargestellten Aspekte (Anreise, Zustieg, Wandfuß etc.). Die Inhalte werden

anhand geeigneter Beispiele im Gelände vermittelt. Fehlen diese, erleichtert mitgebrachtes Unterrichtsmaterial den Einstieg (Bilder, Vogelfeder etc.). Weitere methodische Tipps befinden sich auf den Fernlehrgangskarten der Trainer-Ausbildung für das Mittelgebirge und auf der Themenkarte „Das 3x3 der Ökologievermittlung“: [www.alpenverein.de](http://www.alpenverein.de) → Natur, Umwelt → Bergsport & Umwelt → Naturverständnis fördern

## Wer kann den Kletterschein Outdoor abnehmen

Grundsätzlich dürfen nur Ausbilder mit Kenntnis der aktuellen DAV-Lehrmeinung, umfassender Erfahrung und aktuell gültiger Lizenz die Prüfung durchführen. Die Teilnahme an der entsprechenden Fortbildung im DAV Ausbildungsprogramm wird empfohlen.

## Erforderliche Qualifikationen

- ▶ DAV Trainer Sportklettern und DAV Fachübungsleiter (FÜL) Alpinklettern
- ▶ DAV Jugendleiter nur mit Aufbaumodul Sportklettern 1
- ▶ Staatlich geprüfte Berg- und Skiführer

## Hinweis

*Die DAV Kletterscheine sind keine Lizenz, sondern Leistungsabzeichen im Bereich Sicherungstechnik und verantwortungsvollem Verhalten am Fels. Insbesondere befähigen sie nicht zur Durchführung von Kletterveranstaltungen. Die Kletterleistung ist nachrangig.*



## Vorstieg Sichern

### Kommunikation und Kommandos

- ▶ alle relevanten Fragen mit dem Sicherungspartner absprechen – möglichst vor dem Einsteigen in die Route
- ▶ Wie in der Halle gelten auch draußen die Kommandos „Seil“, „Zu“ und „Ab“.
- ▶ Das zusätzlich beim Abseilen verwendete Kommando „Stand“ darf nur benutzt werden, wenn der Kletterer aus der Sicherung genommen werden soll.

### Bodennah Sichern

- ▶ Wandfuß bzw. Sicherungsraum freihalten
- ▶ beim Start Seilführung rechts oder links des Kletternden und korrekte Schlappseilmenge vorbereiten
- ▶ Spotten bis zum ersten Haken



- ▶ Position des Sichernden nach dem ersten Clip: etwa 1 m von der Wand entfernt und 1 m seitlich versetzt unter der ersten Zwischensicherung
- ▶ bei Kletterlinie leicht links der Zwischensicherung seitlicher Versatz nach rechts (und umgekehrt)

### Standort des Sichernden

- ▶ möglichst ebene Fläche zum Sichern wählen
- ▶ Selbstsicherung (Länge: mind. 1½ m) an der Wand bauen, wenn das Gelände stolper- oder absturzgefährdet ist
- ▶ anderweitige Selbstsicherung bauen, wenn der Kletterer deutlich schwerer ist oder Verletzungsgefahr bei Anprall an der Wand besteht



## Vorstieg Klettern

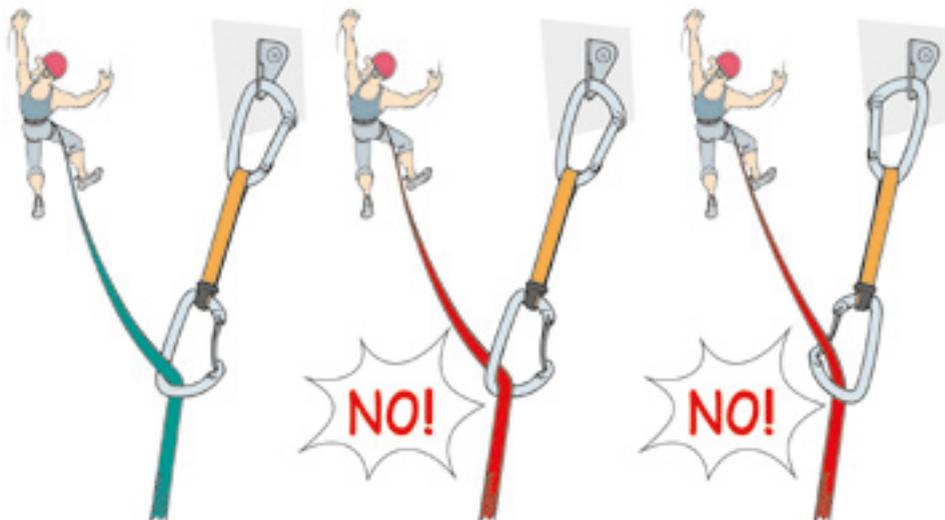
### Clippen

- ▶ jeweils aus stabiler Position clippen
- ▶ Hakenkarabiner: Schnapper „gegenüber“ Kletterrichtung einhängen
- ▶ Seilkarabiner: Seil „unverdreht“ bzw. „in Linie“ clippen
- ▶ Ringhaken: Beide Schnapper zeigen vom Fels weg.



### Sicherungen verbessern

- ▶ ggf. an besonders sicherheitsrelevanten Stellen zwei Exen nebeneinander oder eine Exe mit Verschlusskarabinern
- ▶ ggf. Zwischensicherungen verlängern, um kritische Stellen oder instabile Clip-Positionen zu entschärfen
- ▶ ggf. Zwischensicherungen mit Bandschlingen deutlich verlängern, um den jeweiligen Haken zweimal clippen zu können (muss vorab präpariert werden)



### Sanduhren

- ▶ Es kann notwendig sein, Sanduhren in die Sicherungskette mit einzubeziehen.
- ▶ Dicke, gewachsene Sanduhren sind verlässlich. Dünne oder rissdurchzogene Sanduhren können ausbrechen.
- ▶ eine Bandschlinge durch die Sanduhr fädeln und eine Exe oder einzelnen Karabiner einhängen
- ▶ etwaige in die Sanduhr eingeknotete alte Schlingen prüfen



### Kontrolliert bewegen

- ▶ Lose erscheinende Griffe mit Handballenschlag (Tritte mit Fuß) testen. Der Klang verrät die Qualität des Griffs.
- ▶ Nicht hinter dem Seil stehen. Wer hinter dem Seil steht, „fädelt“ im Sturzfall mit einem Bein ein. Das führt beim Abbremsen des Sturzes zu einem Überschlag.
- ▶ Kontrolliert und reversibel bewegen, wo man nicht stürzen darf. Reversibel heißt, dass man zurückklettern kann. Nach jedem Clip gibt es in der Regel einen Bereich, der Stürze und somit auch „wackelige“ Züge erlaubt.





## Umlenkung, Fädeln und Abbauen

### Umlenkung

- ▶ Umlenkungen aus Sicherheits- und Natur-schutzgründen nicht überklettern
- ▶ Umlenkung ggf. zunächst wie eine Zwischen-sicherung einhängen und anschließend beurteilen

### Toprope

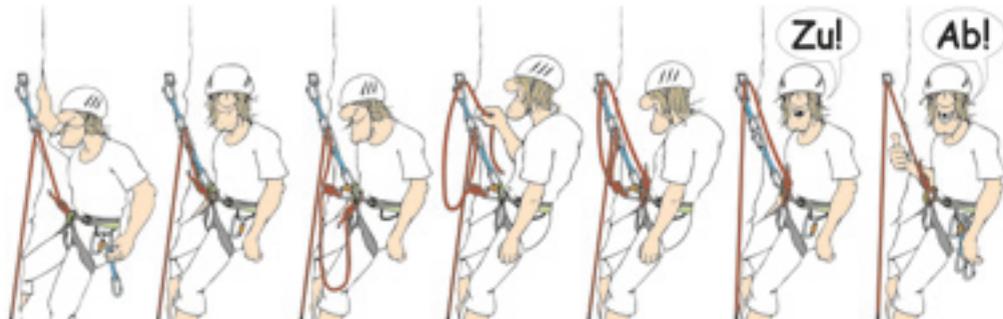
- ▶ Soll Toprope geklettert werden, an der Umlenkung eigenes Material verwenden; häufiges Ablassen schleift die bestehenden Umlenkhaken ein.
- ▶ Seil zweimal einhängen (Verschlusskarabi-ner oder zwei Exen nebeneinander)
- ▶ Zwei Fixpunkte einbeziehen. Sofern dies an der Umlenkung nicht möglich ist, soll die oberste Zwischensicherung eingehängt bleiben.

### Fädeln

- ▶ an der Umlenkung sichern
- ▶ das Seil sichern, Redundanz durch Seilfixie-rung im Sicherungsring
- ▶ ausbinden, das Seil fädeln (Metallöse!) und wieder einbinden
- ▶ eine aus Exen bestehende Selbstsicherung nicht entlasten
- ▶ Kein Kommando „Stand“!

### Abbauen

- ▶ bei schräg verlaufenden Routen eine Exe im Hüftgurt und im gegenläufigen Seilstrang einklinken
- ▶ Verbindungsexen vor Entfernen der unter-sten Zwischensicherung aushängen
- ▶ Pendelgefahr nach dem Aushängen (Hinder-nisse beachten)



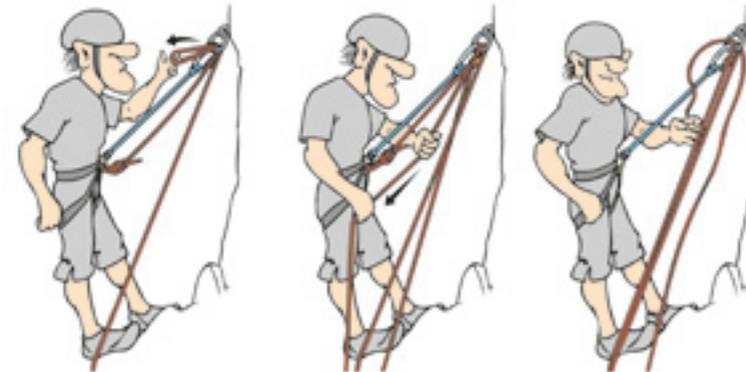
## Abseilen

### Anwendung und Sicherheits-empfehlungen

- ▶ erforderlich bei Bäumen, Schlinge statt Metallöse und ggf. im Sandstein
- ▶ Selbstsicherung mit Ankerstichschlinge und Verschlusskarabiner (nicht mit Exen)
- ▶ Kommando „Stand“: Der Kletternde wird aus der Sicherung genommen.
- ▶ Knoten in den Seilenden – verzichtbar, wenn beide Enden bis zum Boden reichen.

### Technik

- ▶ ausbinden und Seil bis zur Mitte fädeln (Mittelmarkierung!)
- ▶ Abseilgerät in den Sicherungsring und Prusik passender Länge in Beinschlaufe einhängen (Achtung: Ein zu langer Prusik wird vor dem Tube hergeschoben und ist wirkungslos.)
- ▶ vor dem Aushängen Selbstsicherung prüfen





Denk daran:



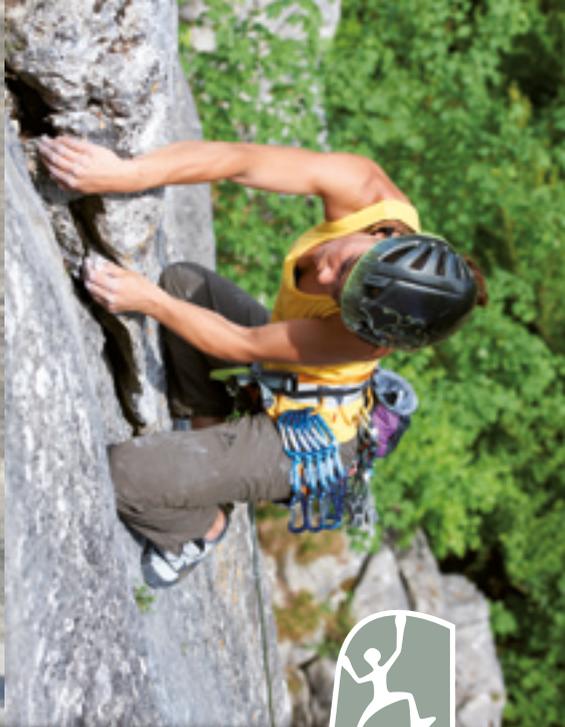
## Partnercheck vor jedem Start!

### Impressum

**Herausgeber:** Deutscher Alpenverein e.V., Von-Kahr-Str. 2 - 4, 80997 München, Tel.: 089/140 03-0, E-Mail: info@alpenverein.de, Internet: www.alpenverein.de | **Für den Inhalt verantwortlich:** DAV Ressort Breitenbergsport, Sportentwicklung, Sicherheitsforschung | **Zeichnungen:** Georg Sojer | **Fotos:** Michael Meisl, Stefan Winter | **Gestaltung:** Gschwendtner & Partner, München, München | **Druck:** Kastner & Callwey Medien GmbH, Forstinning | **Auflage:** 10.000 Exemplare, 05/2013

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger Genehmigung des Herausgebers.

*Wegen der besseren Lesbarkeit wurden nur die männlichen Bezeichnungen verwendet; sie schließen selbstverständlich alle Sportlerinnen mit ein!*



[www.alpenverein.de/draussen-ist-anders](http://www.alpenverein.de/draussen-ist-anders) – Tipps und Infos für den sicheren und umweltbewussten Weg von der Halle an den Fels

[www.dav-felsinfo.de](http://www.dav-felsinfo.de) – Internetportal für Deutschlands Kletterfelsen



**Felsinfo**

