Servicecheckliste „Klettern mit Kindern"

Tourenplanung

- Umfassende Informationen zu:
  - Lage des Klettergarten (absturzgefährdetes Gelände, ausreichend Schatten, neben einer Straße, Gewässer, ...)
  - Länge & Steilheit des Zustiegs
  - Schwierigkeitsgrade im Klettergarten
  - Absicherung der Klettertouren (Hackenabstände, Umlenkkarabiner, Toprope Möglichkeiten, ...)
  - Länge der Touren
  - Routenbeschriftungen
  - Schutz vor alpinen Gefahren im Aufenthaltsbereich
  - Parkmöglichkeiten
- Wetterprognosen und –verhältnisse
- Kletteranlage im Hinblick auf die Fähigkeiten der Kinder auswählen und nicht anhand der eigenen Vorlieben
- Drucken Sie sich im Vorfeld das passende Topo aus und nehmen dieses zum Klettern zum Klettern mit (www.climbers-paradise.com)

Ausrüstung

- Kletterhelm!
- Halbautomatisches Sicherungsgerät (Grigri, Smart, Ergo, ...)
- Klettergurt für Kinder
- Passende Kletter- & Zustiegsschuhe
- Magnesium und –beutel
- kleines Verbandsset
- Ausreichend Flüssigkeit
- Verpflegung mit der ein oder anderen Belohnung für die geschaffte Leistung
- Handy (aufgeladen!)
- Regenschutz
- Sonnenschutz
- Für Kinder „wichtiges Equipment": Spielzeug, Kamera, ...
- Ersatzkleidung

Tipps und Hinweise

- Der Klettergarten ist keine Kletterhalle! (Alpine Gefahren beachten, Hakenabstände, Gelände,…)
- Nicht der Leistungsgedanke, sondern der Spaß steht beim Klettern mit Kindern im Vordergrund!
- Nicht zu lange Routen wählen, vor allem kleinere Kinder, langsam an die Höhe gewöhnen.
- Die Aufmerksamkeit von Kindern ist nicht wie bei Erwachsenen! Wenn Kinder die Eltern sichern, nicht in Projekte einsteigen, das kann die Kinder unnötig stressen, bzw. auch überfordern.
- Wichtig: Kletterkommandos müssen vor dem Klettern besprochen sein!
- Immer wieder Pausen zwischen den Kletterrouten machen
- Decke für ein „Basis Camp" im Klettergarten
- Mögliches Alternativprogramm in der Umgebung prüfen (Badesee, Schwimmbad, Spielplatz, ...)

Allgemeine Kletterempfehlungen laut CAA (Club Arc Alpin)

1. Partnercheck vor jedem Start!
Kontrolliert euch selbst und gegenseitig („4-Augen-Prinzip"): Anseilknoten, Anseilpunkt, Gurtverschlüsse, Sicherungsgerät, Karabinerverschluss und ob das Seilende abgeknotet ist.

2. Volle Aufmerksamkeit beim Sichern!
Sichern ist Präzisionsarbeit! Die gesamte Aufmerksamkeit gehört dem Kletterer und der Partnersicherung. Kein Schlappseil! Richtigen Standort wählen.

3. Sicherungsgerät richtig bedienen!
Mache dich mit deinem Sicherungsgerät vertraut und beachte das „Bremshandprinzip": eine Hand umschließt immer das Bremsseil.

4. Klare Kommunikation!
Kommunikationsregeln vor Kletterbeginn vereinbaren. Informiere deinen Partner bevor du dich ins Seil hängst.

5. Zwischensicherungen richtig einhängen!
Alle Zwischensicherungen aus möglichst stabiler Position - nicht überstreckt - einhängen. Auf den richtigen Seilverlauf achten.

6. Kein Toprope an einzelnem Karabiner!
Die Topropeverankerung muss aus zwei unabhängigen Sicherungspunkten bestehen. Das Seil muss in mindestens zwei Karabinern eingehängt sein.

7. Sturzraum freihalten!
Nicht übereinander klettern! Am Boden und an der Wand auf freien Sturzraum achten. Achtung bei Pendelstürzen.

8. Vorsicht beim Ablassen & Abseilen!
Nie Seil auf Seil - Ablassen nur über Umlenkungen aus Metall! Partner langsam und gleichmäßig ablassen. Beim Abseilen die Seilenden verknoten und eine Absturzsicherung (Kurzprusik) verwenden.

9. Schütze Kopf & Körper!
Ein Helm schützt dich vor Kopfverletzungen bei Stürzen und Steinschlag! Bei alpinen Klettertouren ist der Helm Standard. Aufwärmen vor dem Klettern schützt deine Gelenke, Sehnen und Muskeln.

10. Sicher bouldern!
Achte auf einen sicheren Absprungbereich. Aktives Spotten und ein Crashpad können Verletzungen verhindern.

© 2013 Oesterreichischer Alpenverein

Erste Hilfe

- Erste Hilfe Ausrüstung
- Handy mit vollem Akku

Notruf
☎ 140: Bergrettung – Alpinnotruf
☎ 112: Europäischer Notruf (funktioniert mit jedem Handy & in jedem verfügbaren Netz)

Kein Netz?
Ohne Netz und im Funkschatten ist kein Notruf möglich. → Wechsle zu einem besseren Standort und wähle regelmäßig 112. Euro Notruf: Zugang in jedes verfügbare Netz, wenn nach dem Einschalten statt des PIN-Codes 112 eingegeben wird oder mittels SOS-Notruf Funktion.

Unfallmeldung
- Wer meldet / Ruckrufnummer?
- Wo genau ist der Unfallort?
- Was ist passiert?
- Wie viele Verletzte?
- Wetter am Unfallort?

Notruf App Bergrettung Tirol
Smartphone Nutzer können sich die neue Notruf App der Bergrettung Tirol installieren. Sie hilft beim Versenden eines Notrufs und übermittelt gleichzeitig den eigenen Standort.

Klassifizierung der Schwierigkeitsgrade

UIAA-Skala	Frankreich	USA	AUS	Großbritannien	
				Adjectival	*Tech*
1	1	5.2			
2	2	5.3	11		
3	3	5.4	12		
4	4	5.5		VD	4a
5 -	5a	5.6	13	S	
5		5.7	14	HS	4b
5 +	5b		15		4c
6 -		5.8	16	VS	
6	5c	5.9	17	HVS	5a
6 +	6a	5.10a	18	E1	
7 -	6a+	5.10b	19		5b
7	6b	5.10c	20	E2	
7 +	6b+	5.10d	21		5c
7 + / 8 -	6c	5.11a	22	E3	
8 -	6c+	5.11b	23		
8	7a	5.11c	24	E4	6a
8 +	7a+	5.11d	25	E5	
8 + / 9 -	7b	5.12a	26		6b
9 -	7b+	5.12b		E6	
9	7c	5.12c	27		6c
9 +	7c+	5.12d	28	E7	
9 + / 10 -	8a	5.13a	29		
		5.13b			7a
10 -	8a+	5.13c	30	E8	
10	8b	5.13d	31		
10 +	8b+	5.14a	32		7b
10 + / 11 -	8c	5.14b		E9	
11 -	8c+	5.14c	33		7c
11	9a	5.14d			
11 +	9a+	5.15a			
11 + / 12 -	9b	5.15b			

© 2013 Oesterreichischer Alpenverein