Kletter-Regeln

Richtiges Verhalten beim Klettern

Sektion Frankfurt am Main des Deutschen Alpenvereins e.V.
DAV Kletterzentrum Frankfurt am Main
Homburger Landstraße 283
60433 Frankfurt am Main

069-954 151 70
info@dav-klz-ffm.de
dav-klz-ffm.de

Team-Setup zu Beginn

- Gewichtsunterschied klären, geeignete Maßnahmen treffen
- Sicherungskompetenz und Tagesform berücksichtigen
- Kommunikationsregeln vereinbaren
- Klettermaterial prüfen

Partnercheck vor jedem Start

- Gegenseitige Kontrolle mit Augen und Händen
- Anseilknoten und Anseilpunkt
- Sicherungskarabiner
- Sicherungsgerät-Blockiertest
- Gurt und Gurtverschlüsse
- Seilende abgeknotet

Autobelay

- Nur mit vertrauten Geräten sichern
- Halbautomaten bieten zusätzliche Sicherheit
- Bremshandprinzip: eine Hand umschließt immer das Bremsseil
- Korrekte Position der Bremshand beachten
- Karabiner, Seil und Sicherungsgerät passen zusammen

Volle Aufmerksamkeit beim Sichern

- Kein Schlappseil
- Richtigen Standort nahe der Wand wählen
- Partner beobachten
- Sicherungsbrillen unterstützen die Aufmerksamkeit

Sturzraum freihalten

- Gefahrenzone für Kollisionen großzügig einschätzen
- Am Boden genügend Abstand zur Falllinie des Kletterers
- In der Route genügend Abstand zu anderen Kletterern
- Pendelstürze berücksichtigen

Alle Zwischensicherungen richtig einhängen

- Einhängen aus stabiler Position
- Stürze beim Klippen vermeiden – Bodensturzgefahr
- Korrekten Seilverlauf im Karabiner beachten
- Nicht hinter das Seil steigen

Toprope nur an vorgesehenen Umlenkungen

- Kein Toprope an einzelnem Karabiner
- Toprope in stark überhängenden Routen nur mit eingehängten Zwischensicherungen
- Prüfen, ob der richtige Seilstrang im Sicherungsgerät eingelegt ist

Vorsicht beim Ablassen

- Partner langsam und gleichmäßig ablassen
- Auf freien Landeplatz achten
- Nie zwei Seile in einen Umlenkkarabiner einhängen
- Kommunikation am Umlenkpunkt

Aufwärmen vor dem Start

- Intensität langsam steigern
- Locker ausklettern, abwärmen
- Verletzungen ausheilen

Rücksicht und Kommunikation

- Sei selbstkritisch und offen für Feedback
- Sprich Fehler an, auch die anderer
- Halte dich auf dem neuesten Stand
- Nimm Rücksicht auf Andere