

# Sicher am Klettersteig

Das Begehen von Klettersteigen ist mit Risiken verbunden. Bei unzureichender Vorbereitung, mangelhafter Ausrüstung oder falschem Verhalten besteht Absturzgefahr! Die alpinen Verbände empfehlen für das Begehen von Klettersteigen eine Ausbildung durch qualifizierte Fachleute.

## 1. Sorgfältig planen!

Planung ist der Schlüssel für sichere und genussvolle Klettersteigtouren. Informiere dich genau über Schwierigkeit und Länge, Zu- und Abstieg, Wetter und Verhältnisse.

## 2. Das Ziel den persönlichen Voraussetzungen anpassen!

Zu hoch gewählte Schwierigkeiten mindern das Erlebnis und können zu gefährlichen Situationen führen.

## 3. Vollständige, normgerechte Ausrüstung verwenden!

Klettergurt, Klettersteigset und Helm: Nur die konsequente und richtige Anwendung der Ausrüstung ermöglicht eine sichere Begehung von Klettersteigen. Für den Notfall sind Erste-Hilfe-Paket und Mobiltelefon (Euro-Notruf 112) dabei.

## 4. Bei Gewittergefahr nicht einsteigen!

Blitzschlag bedeutet Lebensgefahr. Regen, Nässe und Kälte erhöhen das Sturzrisiko.

## 5. Drahtseil und Verankerungen kritisch prüfen!

Steinschlag, Schneedruck, Frostsprengung oder Korrosion können Schäden an der Steiganlage verursachen. Nicht in gesperrte Klettersteige einsteigen.

## 6. Partnercheck am Einstieg!

Kontrolliert gegenseitig: Gurtverschluss, Verbindung Klettersteigset mit Klettergurt, Helm.

## 7. Ausreichende Abstände einhalten!

Zwischen zwei Fixpunkten darf nur eine Person unterwegs sein.

## 8. Klare Absprache beim Überholen!

Kommunikation und Rücksichtnahme verhindern gefährliche Situationen bei Überholmanövern oder Gegenverkehr.

## 9. Achtung Steinschlag!

Achtsames Steigen verhindert Steinschlag.

## 10. Natur und Umwelt respektieren!

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder in Fahrgemeinschaften anreisen. Müll und Lärm vermeiden.