



# Seiltechnik auf Skihochtouren



**Für die Königsdisziplin im Bergsport sind vielfältige Fähigkeiten gefordert. Was aber besonders zu berücksichtigen ist, haben zwei Experten für Sie zusammengefasst.**

*Mag. Walter Würtl und  
Peter Plattner,  
Referat Bergsport*

## C3 CARBON

Der LEICHTESTE Trekkingstock  
– von KOMPERDELL!

Gerlinde Kattenbrunner & Hans Kammerlander, beide Profibergsteiger, schwören auf die ultraleichten Carbon Trekkingstöcke von KOMPERDELL. Ihr Feedback ist uns besonders wichtig.

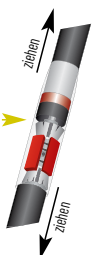
Hans Kammerlander

100%  
Carbon  
extrem robust

Reptile<sup>®</sup> GRIFF ZONE  
sorgt für besonders guten Halt bei Nässe, beim Kürzerfassen des Stocks und beim Traversieren.

STOP LOCK SYSTEM

Durch dieses spezielle Blockiersystem bilden die Teleskopsegmente eine kompakte Einheit.



### CARBON AIRSHOCK

in spezieller DAMEN & HERREN Variante erhältlich

#### Das AIRSHOCK™ Dämpfungssystem

steht für extrem sanfte, progressive Federung. Das 1. Dämpfungssystem mit stufenlos verstellbarer Federhärte.

#### STOP LOCK SYSTEM

– maximale Sicherheit, Stabilität, hohe Bruchfestigkeit  
– keine Verschmutzung des Innenrohres möglich

Für weitere Informationen und einen Fachhändler in Ihrer Nähe besuchen Sie uns im Internet unter: [www.komperdell.com](http://www.komperdell.com).

Die Hauptsaison für die klassischen Hochtouren im vergletscherten Gelände der Ost- und Westalpen stehen vor der Tür. Beim Packen des Rucksacks wird nun auch vermehrt zu Seil und Gurt gegriffen – oft mit gemischten Gefühlen, denn vielen Bergsteigern erscheint die richtige Seil- und Sicherungstechnik bei Skihochtouren als besonders anspruchsvoll.

Nicht ganz zu Unrecht, denn Skihochtouren gelten als Königsdisziplin im Bergsport, da vielfältige Fähigkeiten und Fertigkeiten dabei gefordert sind. Von der Beurteilung der Lawinengefahr über die Seiltechnik am Gletscher bis hin zur Sicherungstechnik an Graten ist alles dabei und das kombiniert mit langen Anstiegen in großen Höhen.

Obleich die Anzahl der unterschiedlichen Sicherungstechniken unüberschaubar ist, kommt man auf den meisten Skihochtouren mit relativ wenig Seiltechnik aus. Wichtig ist nur, dass man diese Techniken souverän beherrscht und auf das Seil zur Sicherung nicht verzichtet!

### Ausrüstung

Damit man überhaupt Sicherung kann oder eine effiziente Hilfestellung im Notfall möglich ist, muss die seiltechnische Ausrüstung komplett sein. Zugegeben ein Mehraufwand, der jedoch zumeist überschätzt wird, denn die moderne Ausrüstung ist leichter (ca. 1.600 g ohne Seil) und funktioneller als je zuvor.

Die folgende Ausrüstungsliste passt für Hochtouren, bei denen nicht nur ein Gletscher begangen, sondern auch ein Felsgrat bis UIAA-Schwierigkeit III oder eine kurze Eispassage geklettert wird.

- leichtes, gut imprägniertes Einfachseil, 50 m (ca. 2.400 g)

- leichter, ungepolsterter Hochtouren-Gurt (ca. 400 g)
- zwei (kleine) Schraubkarabiner (ca. 120 g)
- ein HMS-Karabiner (ca. 70 g)
- ein Karabiner mit selbsttätiger 3-Wege-Verschlussicherung (ca. 70 g)
- vier Schnapper (ca. 180 g)
- vier lange Bandschlingen (ca. 160 g)
- drei Reepschnüre (1/3/3 m) (ca. 140 g)
- drei Eisschrauben, 18 cm (ca. 400 g)
- Seilklemme, z. B. Ti-Bloc (ca. 40 g)

### Seil- und Sicherungstechnik am Gletscher

Die Gurte sollten spätestens bei Betreten des Gletschers angelegt werden, dadurch fällt das Anseilen leichter! Das Anseilen am Gletscher erfolgt mittels Karabiner (Empfehlung: selbsttätiger Verschlusskarabiner) und Achterknoten. Die Abstände betragen bei der Zweierseilschaft 12 m, bei der Dreierseilschaft 10 m und bei größeren Seilschaften mindestens 8 m. Da man am Gletscher gleichzeitig unterwegs ist, muss man auf gute Seildisziplin achten, bei kleinen Seilschaften Bremsknoten machen und die Abstände auch einhalten.

### Wann sollte man sich am Gletscher anseilen?

- Auf bekannt gefährlichen Gletschern bzw. in spaltenreichen Zonen. Ebenso bei fehlender Information die Spaltensituation betreffend.
- Bei schlechter Sicht oder bei Orientierungsproblemen, da man nicht mehr davon ausgehen kann, die ideale Linie zu finden.
- Bei schwacher Spaltenüberdeckung (Frühwinter, Winderosion, durchhängende Brücken)! Ein Problem ergibt sich jedoch auch





bei guter Schneelage, denn dann sind zwar die kleinen und mittleren Spalten gut verfüllt – nicht jedoch die großen Spalten. Stürzt man in eine solche Spalte, fällt man erstens sehr tief und zweitens wird man noch von den nachstürzenden Schneemassen begraben.

- Nach Neuschnee bzw. bei neuer Spuranlage am Gletscher!
- Bei starker Durchfeuchtung der Schneedecke, da es zum „Aufweichen“ der

tragfähigen Spaltenbrücken kommt und die Spaltensturzgefahr steigt.

**Beachte:** Die Nachteile des Anseilens am Gletscher sind beim Aufstieg wesentlich geringer als bei der Abfahrt! Wir können also das Gesamtrisiko verringern, indem zumindest im Aufstieg häufiger bzw. früher angeseilt wird.

### Seil- und Sicherungstechnik am Grat

Auf Graten empfiehlt sich die Sicherung von einem Fixpunkt aus. Günstigerweise verwendet man dazu Klemmböcke oder Kopfschlingen. Zu beachten ist dabei, dass Kopfschlingen nur Belastungen nach unten aufnehmen können. Stürzt der Vorsteiger in eine Zwischensicherung, kann die Schlinge nach oben weggerissen werden. In diesem Fall muss die Schlinge nach unten abgespannt werden oder man sichert direkt

vom Körper aus (Achtung: anspruchsvoll!).

Die Sicherung erfolgt prinzipiell mittels Halbmastwurf-Sicherung (HMS), da diese einfach anzuwenden und von den Bremskräften her ideal ist. Sofern kein freies Hängen möglich ist, können auch zwei Personen (maximal drei Personen) gleichzeitig nachgesichert werden. Unbedingt ist dabei darauf zu achten, dass man ein Einfachseil verwendet, da Halbseile von Felskanten leicht beschädigt werden können und ein Seilriss nicht auszuschließen ist.

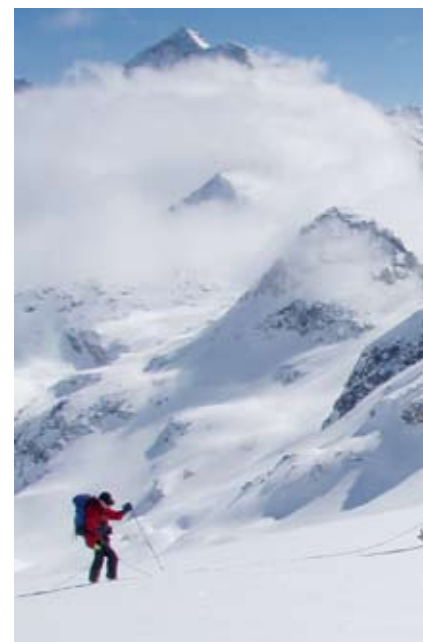
Besonderes Augenmerk muss den Sicherungsblöcken gewidmet werden. Zum einen muss die Bandschlinge (keine Reepschnüre) sauber liegen, sodass sie nicht bei Belastung herunterrutscht, und zum anderen muss sichergestellt sein, dass der Felskopf auch fest ist und nicht nur festgefroren.

Damit sich bei Abseilstellen an Felsköpfen das Seil nicht verhängt, lässt man am besten eine

doppelt gefädelt Reepschnur oder ein Seilstück zurück. Da die Abseilstrecken meist recht kurz sind, kann man auch dazu die HMS verwenden. Achtung beim Ablassen: Nie Seil auf Seil!

### Fixseil – Geländerseil

Bei kürzeren Steilstücken, welche im Aufstieg und im Abstieg oder auch von größeren Gruppen begangen werden, empfiehlt sich ein Fixseil oder ein Geländerseil. An einem Felskopf, einem „Toten Mann“ oder einem Ausgleich mit Eisschrauben wird das Seil vom „Führer“ fixiert und zu einer Verankerung am „Einstieg“ möglichst straff gespannt. Danach legen die Seilpartner entweder mittels Prusikknoten



schützen  
Labisan  
benützen  
for your lips only

oder Seilklemme eine Selbstsicherung an, die sie dann beim Höhersteigen mitschieben. Damit keine zu großen Belastungen entstehen, sollten max. vier Personen gleichzeitig am Seil sein. Benützt man einen anderen Abstieg, so wird das Seil vom Gruppenletzten straff gespannt, bis alle beim Führer sind. Der Letzte wird dann mittels HMS nachgeholt.

### Seil- und Sicherungstechnik in Firn- und Schneeflanken

Um steile Firn- und Schneeflanken rasch absichern zu können, empfiehlt sich neben der klassischen Methode mit dem „Toten Mann“ der Sitzpickel. Dazu legt man um den Pickel-



kopf eine Bandschlinge und rammt den Pickel in den verdichteten Schnee. Anschließend setzt man sich vor den Pickel in den Schnee und macht mit der Bandschlinge einen Ausgleich zum Anseilpunkt seines Gurtes. Der Nachsteiger kann dann direkt vom Ausgleich gesichert werden. Bei tiefem Schnee kann man statt des Pickels auch die Skier verwenden. Bei besonders harten Bedin-

gungen kann auch eine Eisschraube Verwendung finden. Falls es sich aber um eine Eisflanke handelt, ist es ohnedies günstiger, einen Ausgleich an zwei Eisschrauben zu machen.

### Praxistipp

Bei vielen Gipfelanstiegen auf Hochtouren muss man zumeist gar keine „großen Seilmanöver“

durchführen. Es genügt, wenn man das Seil sicher verankert (z. B. Gipfelkreuz) und ein paar Knoten hineinknüpft. Weniger trittsichere Bergkameraden können sich dann beim Auf- und Abstieg festhalten. Dabei kommt einem auch die psychologische Komponente sehr entgegen, da ein Seil Sicherheit vermittelt und so das Gipfelerlebnis ungestört genossen werden kann. ■



 Leicht wechselbare Funktions **Sport Unterwäsche**

- ▲ Leicht wechselbar
- ▲ Diskret
- ▲ Schuhe und Hose behalten Sie an

Packung (Inhalt 2 Stk.) **€ 28,90** incl. MwSt.

[www.go-dry.at](http://www.go-dry.at) Tel. 0664 1231625



beidseitiger Klettverschluss

## WELTWEITWANDERN.AT

Gehen & Erleben • Reisen für alle Sinne



Tel.: 0316/583504-0 [www.weltweitwandern.at](http://www.weltweitwandern.at)

**Jetzt Gratis-Katalog bestellen!**

**Neu: Aventoura & Desert-Team Kataloge!**

