

Online-Update Winter/ Lawinen Fragen und Antworten

Vorab:

Im Zweifel müsst ihr Euch entscheiden welche Maßnahme für Euch geeignet ist. Das Update und die Antworten hier ersetzen keine praktische Ausbildung. Die Risiken sollten möglichst klein sein, so dass Unfälle vermieden werden. Wir können in der Beantwortung nur den optimalen Standard skizzieren.

1. Was sind andere Gefahren beim Tourengehen, außer Lawinen?

Im Grunde gibt es zwei Arten von Gefahren: Man kann abstürzen (Spaltensturz oder Lawinenerfassung einbeziehend) oder etwas kann einen von oben treffen und schwer verletzen.

Beim Skitourengehen kann man abstürzen, wenn man in extrem steilem Gelände stürzt und nicht bremsen kann, wenn man im exponierten Gelände (Gipfel, Grat, ...) stürzt oder wenn man von einer kleinen Lawine erfasst und zwar nicht verschüttet aber über eine Kante gerissen wird. Bei Skihochtouren auf Gletschern zur falschen Zeit am falschen Ort besteht die Gefahr, in eine Gletscherspalte zu fallen.

Diese Gefahren sind jedoch gut zu vermeiden und die Gefahrenzeiten- und orte gut zu erkennen, was man u.a. in einem Ski(hoch)tourenkurs o.ä. lernt.

Die Gefahr von Steinschlag besteht unterhalb von steilen, brüchigen Felswänden. Meistens ist dies durch rumliegende Steinbrocken im Schnee gut zu erkennen. Dann gilt: Abstand halten.

2. Wie kann die Hangneigung mit Skistöcken gemessen werden?

In diesem Artikel ist alles erklärt:

https://www.alpenverein.de/bergsport/sicherheit/winter/snowcard/hangsteilheit-messen_aid_34520.html

Auch hier findet man super umfangreiche und toll zusammengestellte Info, ganz unten sogar ein Erklärvideo dazu:

<https://whiterisk.ch/de/explore#u=01-06>

(Unten auf „Hangneigung messen und schätzen“ klicken.)

3. Sind Fangriemen am Ski von Nachteil (z.B. Anker in der Lawine)?

In einer Lawine sind Fangriemen sicherlich schlecht, wobei die meisten Fangriemen eine Soll-Bruch-Stelle haben (sollten), die bei extremer Belastung (wie in einer Lawine) reißen.

Ob man generell Fangriemen verwendet oder nicht, ist immer wieder Diskussionsthema. Letztendlich muss jeder selbst entscheiden, ob man im Falle eines Sturzes im Tiefschnee sich lieber den Ski gegen ein Körperteil hauen lässt anstatt evtl. mal etwas längere Zeit suchen muss. Skistopper sind mittlerweile Standard, eine gute Alternative, und verhindern, dass der Ski beim Ein- oder Aussteigen wegrutscht.

4. Was ist das beste Verhalten, wenn ich gerade eine Lawine auslöse (und keinen Lawinenairbag habe)?

Falls möglich, versuchen, seitlich abwärts aus der Lawine rauszufahren. Dies ist meist jedoch nicht möglich.

Wird man um- und mitgerissen, versuchen, die Skistöcke loszuwerden. Die Skibindung sollte sowieso auslösen. Dann gilt es, durch Kraulbewegungen an der Oberfläche zu bleiben, irgendwie nach unten treten und kämpfen.

Gelingt dies nicht, wird geraten, sobald die Lawine langsamer wird, Arme und Hände vor Mund und Nase zu halten, um eine kleine Atemhöhle zu schaffen und zu verhindern, dass man Schnee in Mund und Nase bekommt.

5. Wie sinnvoll schätzt ihr Lawinenrucksäcke ein?

Lawinen-Airbags funktionieren nach dem physikalischen Prinzip "inverse Segregation", auf deutsch: Entmischung. Das bedeutet, dass in einer strömenden Masse mit unterschiedlich großen Teilen die Großen an die Oberfläche wandern.

Für Wintersportler*innen heißt es, dass der Airbag im Falle eines Lawinenabgangs die Verschüttungstiefe verringern und dadurch die Überlebenschancen erhöhen **kann**. Sie **ergänzt** nur die Standard Notfall Ausrüstung (LVS-Gerät, Schaufel, Sonde).

Zu beachten ist, dass sie ausgelöst werden müssen, um die Schutzwirkung zu erzielen.

6. Wo wurde das letzte Video aufgenommen?

Der erste Teil bei Disentis in Val Strem und der zweite Teil ist im Lüsenstal am Praxmarer Grieskogel.

7. Eure Tipps für die erste eigene Tour? Kennt ihr einfachere Touren oder soll ich im Skigebiet anfangen?

Skitouren in der freien Natur sind in der Regel schöner als das "Trainingsgerät" Skipiste. Die inspirierenden, sanft rollende Hügel der nördlichen Voralpen mit freien Wiesenflächen zwischen den Wäldern eignen sich am ehesten für die ersten Skitouren. Sich ausbilden lassen und eigene Erfahrungen sammeln eröffnen einen immer größer werdenden Spielraum.

8. Bleibe ich mit der Trauma Protection um den Kopf eher oben als mit den Airbagflügeln?

Der größte Airbag wird uns mit der größten Wahrscheinlichkeit am nächsten zur Lawinenoberfläche halten.

Vorteile Zwei-Kammer-System:

- größeres Volumen
- falls ein Ballon zerstört wird, ist noch ein zweiter da
- nach Auslösung ist das Sichtfeld frei

Vorteile Ein-Ballon-System:

- Der Kopf ist gut geschützt
- lässt sich vom Rucksack abnehmen

Zum Weiterlesen:

<https://www.bergundsteigen.com/wp-content/uploads/2021/08/94-101die-wirksamkeit-des-lawinenairbags.pdf>

<https://www.bergundsteigen.com/artikel/lawinen-airbags-2021-22-8-modelle-im-ueberblick/>

https://magazin.alpenverein.de/artikel/lawinenlagebericht-aufbau-moeglichkeiten-grenzen_9eef6773-f5b8-40c6-b24a-ecfa7ecaa3d2

https://magazin.alpenverein.de/artikel/hintergrundwissen-schneebrettlawinen_d2261df8-7580-4441-a25f-2f7fe702daeb

<https://www.slf.ch/de/lawinen/lawinenkunde-und-praevention.html>

Weitere Links zum Thema:

https://www.alpenverein.de/bergsport/sicherheit/winter/wer-bremst-verliert-_aid_35811.html

<https://www.slf.ch/de/lawinen.html>

<https://www.ortovox.com/de/safety-academy-lab-snow/>

https://magazin.alpenverein.de/artikel/so-geht-das-suche-mit-dem-lvs-gerat_fab8b1f8-840a-4ff6-86c0-ecb5f561dd41

https://magazin.alpenverein.de/artikel/lvs-suche-sondieren-und-ausgraben_0dbfc49a-218c-4fb8-9761-0083e6ce1cc7

<https://www.alpenverein.at/portal/bergsport/sicheramberg/skitouren/index.php>