

Im zweiten Teil unserer Serie haben wir über das Grundwissen bei Einseillängenrouten am Fels informiert. Jetzt geht es um die Basics für Routen über mehrere Seillängen, die gut abgesichert sind.

Von Karl Schrag

Fühlt man sich nach zahlreichen Klettergartentagen souverän und sicher, kann der Wunsch aufkommen, einmal eine höhere Wand hinaufzuklettern als nur eine halbe Seillänge. Denn das Klettererlebnis gewinnt mit zunehmender Höhe ganz andere Dimensionen. Die Seilschaft ist losgelöst vom festen Boden; Tiefblick, Aussicht und Ausgesetztheit steigern sich; die Seilschaft ist auf sich gestellt: ein Erlebnis, das reizt – und lohnt. Damit die ersten Ausflüge in die „große Wand“ nicht zum unkalkulierbaren Risiko werden, sind allerdings wichtige Punkte zu beherrzigen, die wir hier übersichtsartig vorstellen.

Gut orientiert durchs Felslabyrinth

Der entscheidende Unterschied zur Einseillängenroute mit Umlenker ist: Man macht „Standplatz“ am oberen Ende der Seillänge, holt den Kletterpartner nach und reiht dann, meist in abwechselnder Führung, mehrere Seillängen aneinander bis zum Ende der Route. Es gibt aber noch weitere wichtige Unterschiede: So führt die Kletterroute nicht immer gerade nach oben, sondern folgt den Felsstrukturen, kann also auch Schräganstiege, Querungen oder kurze Abkletter-Stücke enthalten. Auch leichtere Passagen, sogar Gehgelände können vorkommen, womöglich ohne Bohrhaken. Man braucht also einen Blick für die Felsstrukturen und ein klares „Topo“: die Anstiegsskizze mit Zusatzinfos.

Plaisir-Routen sind zwar meistens gut abgesichert, bewegen sich aber doch in alpinerem Gelände mit manchmal losem Gestein oder unübersichtlichen Felsstrukturen, was das

Klettern und die Orientierung erschweren kann. In „Mehrseillängenrouten“ ist man länger unterwegs, pro Seillänge kann man ruhig mit einer halben Stunde rechnen, wenn alles glatt läuft; für eine Vier- bis Fünf-Seillängenroute sollte man also zwei bis drei Stunden veranschlagen. Da sich in dieser Zeit das Wetter verschlechtern kann, sollte man etwas

wärmere, wind- und wasserdichte Kleidung, eine kleine Trinkflasche und einen Energieriegel dabei haben (zusätzlich womöglich kleines Erste-Hilfe-Set und Handy). Diese Zusatzausrüstung trägt der Nachsteiger am besten in einem kleinen Rucksack mit. Falls ein Fußabstieg vorgesehen ist, müssen auch noch leichte Abstiegschuhe mit; sie kann man, an den

Von der Halle
an den Fels

Teil 3

Klettern in Plaisir-
Mehrseillängenrouten

Ab durch die Wand

Tipps zur Ausrüstung

Zusätzlich zur Sportklettergrundausrüstung (in Teil 2 beschrieben) braucht man für Plaisirrouten und alpine Sportkletterrouten:

- Helm
- 60-Meter-Einfachseil oder zwei 50-Meter-Doppelseile (Halb- oder Zwillingsseil)
- Sicherungsgerät (HMS oder Tube mit Plattenfunktion)
- 2-3 vernähte Bandschlingen (120 cm)
- Zusätzliche Prusikschlinge (optimal Kevlarschlinge) für den Notfall „Freies Hängen am Seil“ und zur Selbstsicherung für das Abseilen (Kurzprusik)
- Weitere Express-Schlingen, auch längere, bis zu 14 Stück
- Unter Umständen ein kleines Sortiment Keile und Friends
- Kleidung für Wind- und Nässechutz
- Kleiner Kletterrucksack
- Zu- und Abstiegschuhe
- Kleines Verbandszeug, Handy

Literatur

- C. Semmel: Alpinlehrplan Band 2a, „Klettern – Sicherheit, Ausrüstung“, BLV-Verlag, München, erscheint 2010
- M. Hoffmann: Alpinlehrplan Band 2b, „Klettern – Technik, Taktik, Psyche“, BLV-Verlag, München, erscheint 2010
- Alle drei Teile der Serie unter www.sicher-klettern.de/vonderhalleandenfels

das Gelände ist nicht immer sturzfreundlich, Felsvorsprünge oder Bäume können die Landung schmerzhaft machen.

Bei den Seilen muss man entscheiden zwischen einem Einfachseil und zwei Halb- oder Zwillingsseilen. Das Einfachseil kann sinnvoll sein bei kürzeren (4-6 Längen) und geradlinigen Routen, bei denen der Abstieg zu Fuß erfolgt. Wenn das Seil lang genug ist (mindestens 60 Meter) und die Standplätze höchstens dreißig Meter auseinander liegen, kann man auch mit dem Einfachseil unproblematisch abseilen. Je alpiner die Route ist, desto eher sind zwei Halb- oder Zwillingsseile anzuraten. Damit steht für Rückzüge oder zum geplanten Abseilen die volle Seillänge zur Verfügung, zudem gibt der Doppelstrang zusätzliche Sicherheit gegen Seilriss über scharfe Kanten oder durch Steinschlag. Eine Länge von 50 Metern reicht meistens aus.

Express-Schlingen braucht man tendenziell mehr als in Routen mit Umlenkung, denn die Seillängen können wesentlich länger sein und zudem braucht man oft Zusatzmaterial am Standplatz.

Ein kleines Sortiment Keile und Friends zum Selbstabsichern sollten bei solchen Routen an den Gurt, von denen man nicht genau weiß, ob sie komplett mit Bohrhaken ausgestattet sind. Zur Abrundung fehlen nun noch die Schlingen: eine Kurzprusikschlinge für den Notfall „freies Hängen im Seil“ und für die Abseilsicherung sowie je eine 60 und eine 120 Zentimeter lange vernähte Bandschlinge für Zwischensicherungen und vor allem für die Standplatzkonstruktion.

Leicht anfangen, schwer aufpassen

Für die ersten Male gilt: nur mit einem erfahrenen Partner und nur in geeignete Routen einsteigen. Geeignet sind Routen, die an allen Zwischensicherungen und Standplätzen Bohrhaken haben, deren Verlauf einfach zu finden ist, mit festem Fels, einer Länge von vier bis sechs Seillängen und einem problemlosen Fußabstieg. Die Schwierigkeit sollte man

zunächst einen UIAA-Grad unter dem On sight-Niveau im Klettergarten wählen; wer also im Klettergarten den sechsten Grad beherrscht, sollte seine ersten Mehrseillängenrouten maximal im Grad V+ probieren – dann kann man auch mal wieder abklettern, wenn man sich ein paar Meter verstiegen hat. Klettereien dieser Art gibt es etwa in Schweizer „Plaisir“-Gebieten (Tessin, Grimselpass), in den Bayerischen Bergen (Roßstein, Blaueisgebiet) oder im Sarca-Tal im Trentino (Sonnenplatten, San Paolo). Aktuelle Kletterführer oder Topos informieren über Lage, Zustieg, Routenverlauf, Schwierigkeit, Länge, benötigtes Material und Abstieg. Es lohnt sich, von einem Übersichtsplatz die Route anzuschauen, vor allem auch die Lage des Einstiegs; denn der ist manchmal im Wald versteckt – und nur in wenigen modernen Gebieten sind die Namen am Einstieg angeschrieben.

Die ersten Längen

Am Einstieg – unter Umständen auch schon etwas vorher – kommt erst einmal der Helm auf den Kopf. Die Vorsteigerin für die erste Seillänge wird bestimmt; der Partnercheck garantiert auch hier, dass beim Anseilen und Sichern alles stimmt und das wichtige Material komplett dabei ist, übersichtlich organisiert an den Materialschlaufen des Klettergurts. Rucksack und Zusatzausrüstung transportiert der Nachsteiger. Die erste Seillänge kann man noch, wie beim Sportklettern, vom Körper aus sichern; an einem sehr steilen Hang (Stolpergefahr) oder wenn seitlicher Seilzug zu erwarten ist, sollte man sich dabei selbst sichern. Doppelseile behandelt man beim Einhängen in die Zwischensicherungen wie ein Einfachseil: Immer beide Stränge werden in die Exe eingehängt. Verläuft die Route im Zickzack, entschärft man starke Winkel in der Seilführung durch eine längere oder zwei hintereinander gehängte Exen, um unangenehme Seilreibung zu vermeiden. Die Halbseiltechnik, bei der man die Seilstränge getrennt einhängt, ist eine Profitechnik für anspruchsvolle alpine

Foto: Karl Schrag

Schnürsenkeln fest verknötet, per Verschluss-Karabiner am Gurt einhängen.

Das richtige Seil und mehr

Bei der Kletterausrüstung kommt zum Standard-Sportkletterset noch einiges dazu: Ein Helm ist erste Pflicht; in höheren Wänden können immer Steine fallen, besonders wenn eine Seilschaft oberhalb klettert. Und

Routen mit unzuverlässigen oder mobilen Zwischensicherungen (s. Abb. 1).

Der Stand: alles fix

Seillängen in Plaisirrouten enden meist nach dreißig bis vierzig Klettermetern an einem „Standplatz“ mit zwei soliden Fixpunkten (Bohrhaken), wo geeignete Felsformationen wie Bänder oder ein kleiner Absatz bequemes Stehen erlauben. Dieser Standplatz ist die neue Sicherheitsbasis, sozusagen ein virtueller „Boden“ in der Wand, hier wird der Seilpartner nachgeholt und später weiter gesichert. Zuerst allerdings muss sich die Vorsteigerin selbst sichern: Dazu klinkt sie bei zwei Bohrhaken in den günstiger platzierten, also möglichst in Brusthöhe über der Standfläche, einen Verschlusskarabiner ein und sichert sich an diesem mit dem Kletterseil durch einen Mastwurf (Ab-

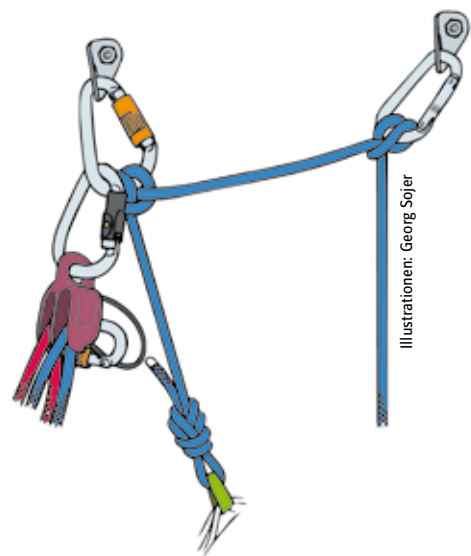


Abb. 2: Die günstigste Standkonstruktion an zwei Bohrnhaken ist die Reihenschaltung mit dem Kletterseil; nachgesichert wird mit der Platte.

lauf siehe Teil 2). In diesen Karabiner kommt auch gleich noch ein zweiter Verschlusskarabiner für die Partnersicherung, damit bildet dieser Punkt den „Zentralpunkt“ der Sicherung. Im Sinne der „Reihenschaltung“ wird der zweite Standhaken mit dem System verbunden, indem man das Selbstsicherungs-Seil ebenfalls mit Mastwurf einhängt, hier genügt ein Schnappkarabiner (s. Abb. 2).

Nachsichern: clever und effizient

Mit dem Kommando „STAND“ signalisiert die Vorsteigerin dem Seilzweiten, dass sie selbstgesichert ist und er die Partnersicherung lösen kann. Herrscht viel Betrieb in der Wand, lohnt es sich, den Namen dazuzusagen, um peinliche Verwechslungen zu vermeiden. Nun zieht die Vorsteigerin das Restseil rasch Hand über Hand ein; erst wenn es zu Ende ist, hängt sie es in die Sicherung. Dafür gibt es zwei Möglichkeiten: entweder die klassische Halbmastwurfsicherung oder das Nachsichern mit Sicherungsplatte (z.B. ATC Guide oder Reverso). Die Sicherungsplatte bietet den Vorteil, dass die Rücklaufsperrung selbsttätig blockiert, sobald ein Zug von unten kommt; so hat der Vorsteiger die Hände frei, um sich bequemer einzurichten. Beim wechselnden Vorstieg muss man allerdings ein bisschen umbauen (siehe unten). Hat die Vorsteigerin ihren Partner in der Sicherung, verkündet sie das mit dem Kommando „(NACH)KOMMEN“; er kann dann seine Selbstsicherung aushängen und nachsteigen.

Am Stand angekommen, ist dem Nachsteiger eine kurze Pause erlaubt, bevor er zum Vorstieg der nächsten Länge startet. Die braucht man ohnehin zur Materialübergabe (Rucksack bleibt am Stand, Klettermaterial kommt zum Vorsteiger und wird am Gurt griffbereit organisiert), zum Ausspähen des Weiterweges und gerne auch zum Kraft tanken. Diese Art der Wechselführung, das „Überschlagend Klettern“, ist die praktischste Methode bei Mehrseillängenrouten, weil man Selbst- und Partnersicherung nicht umbauen muss und jeder seinen Teil zum Erfolg beiträgt. Allerdings muss man dabei immer zwei Seillängen am Stück klettern (zuerst Nach-, dann Vorstieg), was bei schweren Routen auf die Ausdauer gehen kann, und der Sichernde steht recht lange am Stand, was bei Kälte unangenehm wird. Will man solche Situationen vermeiden, oder will der Seilzweite nur nachsteigen, muss man am Stand wechseln: Der Nachsteiger (B) sichert sich selbst; der Vorsteiger

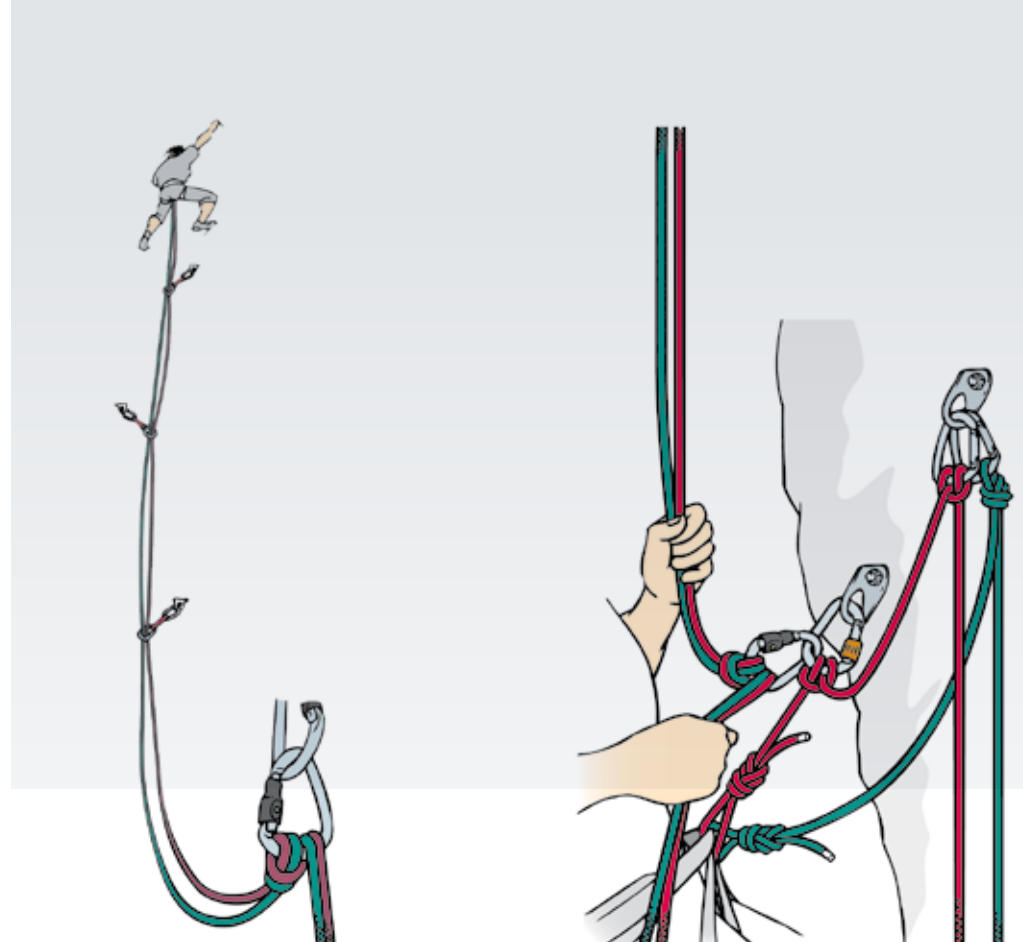


Abb. 1: Verwendet man ein Doppelseil, werden beide Stränge in jede Zwischensicherung eingehängt; die „Zwillingseiltechnik“ schafft Redundanz.

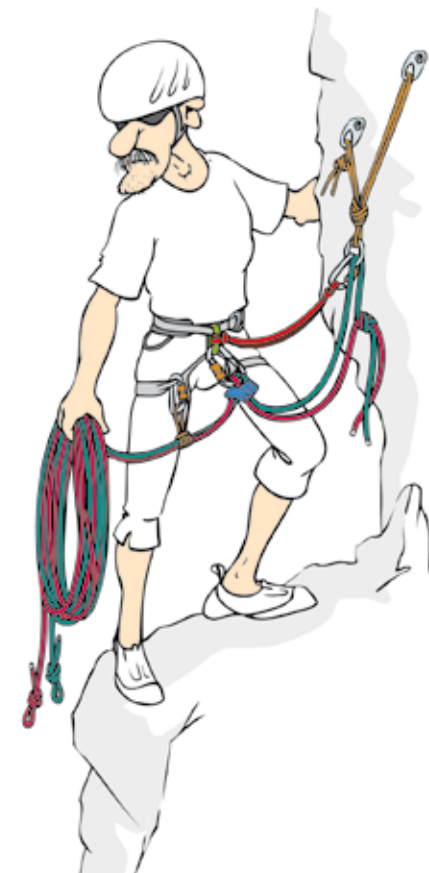


Abb. 4: Mit Selbstsicherungsschlinge am Abseilpunkt gesichert wirft man das Seil aus; in gestuftem Gelände lieber Ablassen mit HMS.

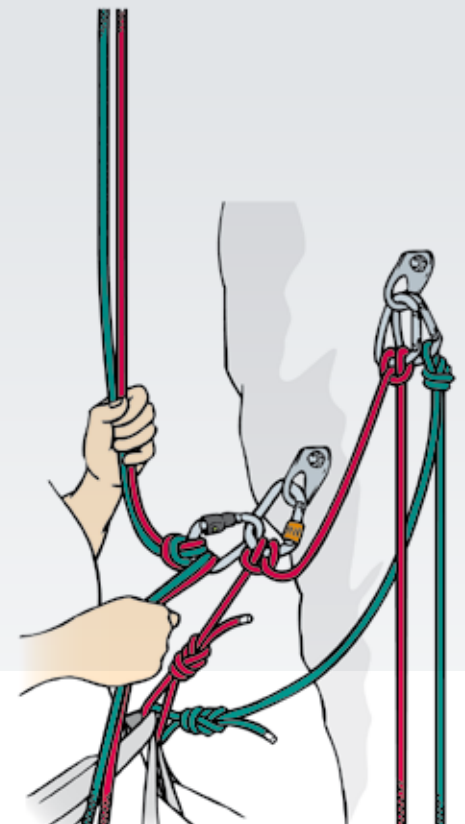


Abb. 3: Bei Mehrseillängenrouten empfiehlt sich die Fixpunktsicherung am Stand-Zentralpunkt. Selbstsicherung am zweiten Seilstrang ist optional.

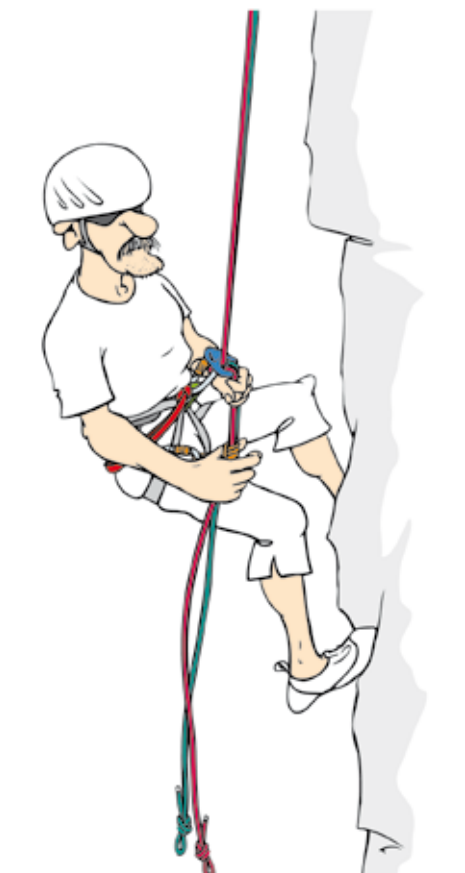


Abb. 5: Sackstichknoten auf jedem einzelnen Seilende verhindern, dass man über das Ende abseilt: Die Kurzprusiksicherung blockiert.

(A) nimmt ihn aus der Sicherung; das Seil wird durchgezogen, so dass das Ende von A oben liegt; B nimmt A in die Sicherung; A hängt seine Selbstsicherung aus und steigt los. Sinnvoll ist es, auch am Stand, dem „virtuellen Boden“, immer einen kurzen Partnercheck zu machen: Sind die Knoten noch fest zugezogen, ist die Standplatzkonstruktion korrekt und die Sicherung richtig eingehängt?

Fixpunktsicherung am Zentralpunkt

Wie in Teil 2 unserer Serie beschrieben, geschehen Nachstiegs- und Vorstiegssicherung nicht am Körper, sondern am Fixpunkt des Standplatzes, und zwar am Zentralpunkt. Verwendet man die Halbmastwurfsicherung (HMS), immer noch die Standardmethode beim Mehrseillängenklettern, muss diese nie ausgehängt oder umgebaut werden. Wurde mit Platte nachgesichert, hängt man das Bremsseil im HMS-Karabiner hinter der Platte ein und entfernt diese dann. Der Vorsteiger kann sie mitnehmen und später die Nachsteigerin damit nachholen (s. Abb. 3).

Wie kommt man wieder runter?

Die Krönung ist der Ausstieg aus der Wand am Gipfel, von dem ein „Normalweg“ als einfacher Bergpfad wieder runterführt, möglichst zum Materialdepot am Wandfuß. Viele alpine Sportkletterrouten enden jedoch an unwegsamen Passagen wie steilen Waldgürteln oder weit unter dem Gipfel, so dass man über die Route abseilen muss. Die Technik ist bereits in Teil 2 beschrieben, die Selbstsicherung bei der Abseilfahrt mit Kurzprusik ist bei langen und vor allem überhängenden Strecken Pflicht. Die Kurzprusik muss wirklich kurz sein und in der Beinschlaufe eingehängt werden, damit sie nicht ins Abseilgerät gezogen werden oder es blockieren kann. Die in der Schweiz und Österreich verbreitete Methode, das Abseilgerät „verlängert“ einzuhängen, also in einem Sackstich in der Selbstsicherungsschlinge, ist im DAV nicht Lehrempfehlung.

Als zusätzliche Absturzsicherung ist es für längere Abseilstrecken Standard, die Seilenden zu verknoten; am besten mit einem Sackstich auf jedem einzelnen Ende, so dass sie sich nicht so leicht ineinander verdrehen können. Bei längeren Touren muss man seillängenweise, von Standplatz zu Standplatz, abseilen; das fällt leichter, wenn man sich schon beim Aufstieg die Linie aus der Abseilperspektive einprägt. Am Stand sichern sich beide Partner mit ihrer Selbstsicherungsschlinge (120-cm-Bandschlinge mit Ankerstich im Einbindepunkt und mit Safe Lock-Karabiner im Stand), dann zieht einer das Seil ab, der andere führt es durch den neuen Abseilpunkt. In gestuftem oder buschigem Gelände und bei Wind heißt es Aufpassen, dass sich das Seil nirgends verhängt – die Gefahr wird geringer, wenn man kürzere Abseillängen macht. Vor allem beim Auswerfen des Seils können sich leicht Seilschlaufen verhängen; dagegen kann helfen, den Ersten per HMS abzulassen (s. Abb. 4 und 5).

Steigern: Langsam aber gewaltig

Der nächste Schritt nach Plaisir-Mehrseillängen-Routen ist das echte „Alpine Gelände“; es verspricht zwar großen Reiz, aber auch weitere und größere Risiken wie heikle Zu- und Abstiege oder unzuverlässige Sicherungen. Schon im so genannten Plaisirgelände reichen die hier beschriebenen Standard-Methoden bei weitem nicht aus, um ernstere Situationen und Zwischenfälle gut lösen zu können. Zum Abschluss dieser Serie möchten wir deshalb noch einmal die dringende Empfehlung wiederholen, die ersten Erfahrungen unter Anleitung eines Fachübungsleiters oder in einer Bergschule wie dem DAV Summit Club zu sammeln und in weiterführenden Kursen auch Techniken für anspruchsvollere Situationen und Unternehmen zu erlernen (Standplatzbau, Rückzug, behelfsmäßige Bergrettung). Dann steht dem Klettergenuss in Plaisir-Routen oder alpinen Sportkletterrouten nichts mehr im Weg! □

Karl Schrag (60) ist staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und Leiter des Ressorts Ausbildung im DAV.