

23.01.14 16:30  
Uhr

## Für Freeride-Fans: Tipps zum Tiefschneefahren

Immer mehr Skisportler zieht es zum Tiefschneefahren abseits der gesicherten Pisten. Das Freeriden im frischen „Powder“ verspricht Freiheit, Action und Herausforderung zugleich. Aber Vorsicht: Abseits präparierter Pisten lauert Lawinengefahr – fast immer und überall. Die Lektüre des Lawinenlageberichts, eine genaue Beobachtung der Wetterentwicklung, die richtige Schutzausrüstung sowie ausreichende Vorsichtsmaßnahmen sind Pflicht! Nur damit lässt sich das Restrisiko senken.



### Vorbereitung reduziert vorhandene Gefahren

Trotz der hohen Risiken abseits gesicherter Pisten können gefährliche Situationen im Gelände durch gewissenhafte Vorbereitung vermieden oder zumindest reduziert werden. Im Hinblick auf die „weiße Gefahr“ und die wachsende Anzahl der Tiefschneefahrer bietet *DSV aktiv* einige Tipps und Informationen, wie das Bewusstsein für die Risiken in der Natur geschärft werden kann und welche Vorsichtsmaßnahmen zu beachten sind, um den Skitag im freien Gelände zu einem sicheren Erlebnis werden zu lassen. Die wichtigsten Faktoren bei der Vorbereitung sind der Wetterbericht (Informationen zu Wind, Niederschlag und Temperatur), die Geländebeurteilung mit einer Karte (inklusive Hinweisen zu Absperrschildern, Hangneigung, -form und -exposition) sowie die Teilnehmer selbst. Ausschlaggebend ist dabei die Anzahl der Gruppenmitglieder, ihr Können sowie ihre physische und psychische Verfassung, auch unter Beachtung möglicher gruppendynamischer Prozesse.

### Eigenes Verhalten beeinflusst Lawinenrisiko

Schwerwiegende Lawinenunfälle werden meist durch ein achtloses Verhalten von Freeridern mit verursacht. Die Natur birgt oft nur das Risiko – die Gefahr ergibt sich durch gruppendynamische Prozesse, psychologische Aspekte sowie Wahrnehmungsfehler oder Verhaltens- und Erfahrungsfallen bei den Wintersportlern. Besonders bei modernen Trendsportarten scheint eine hohe Risikobereitschaft wichtig zu sein – ganz nach dem Motto „no risk no fun“. Nur mit einem entsprechenden Risikomanagement lässt sich das Restrisiko senken und Spaß erreichen. Richtiges und optimales Verhalten sowie Entscheidungen in kritischen Situationen zu treffen, sind nur demjenigen möglich, der sich mit den Risiken auseinandergesetzt hat. Soziale Kompetenz wiederum spiegelt sich im eigenverantwortlichen Denken, einer kritischen Selbsteinschätzung und dem Verantwortungsbewusstsein gegenüber der Gruppe und der Natur wider. Das Verhalten von einer Person innerhalb einer Gruppe kann dabei völlig konträr zum Verhalten außerhalb der Gruppe sein. Innerhalb von Gruppen kann es zu erheblichen Spannungen kommen. Große Gruppen im Gebirge bergen deshalb immer ein höheres Risiko, die Gruppengröße sollte begrenzt sein.

### **Der Lawinenlagebericht**

Der Hauptfaktor für bestehende Lawinenrisiken ist und bleibt die Natur an sich: der Schneedeckenaufbau, die Wetterentwicklung und die Hanglage. Für alpine und hochalpine Unternehmungen im Winter ist es generell unerlässlich, vor einer Tour immer den Lawinenlagebericht (LLB) als Planungsgrundlage heranzuziehen. Der LLB wird in allen Alpenländern regelmäßig von den Lawinenwarnzentralen veröffentlicht. Er gibt Auskunft über die aktuelle Lawinensituation, die Schneeverhältnisse für bestimmte Regionen und den Grad der Lawinengefahr. In den Alpenländern gilt die europäische Lawinengefahrenskala mit fünf Gefahrenstufen. Neben der aktuellen Gefahrenstufe enthält der Lawinenlagebericht Informationen zu den Wetteraussichten und deren Auswirkungen auf den Schneedeckenaufbau und die daraus resultierende Lawinengefahr. Der LLB bietet außerdem eine Beschreibung von Gefahrenstellen mit Angaben zur Exposition, Meereshöhe und Geländeform sowie Hinweise zu den aktuell vorherrschenden Verhältnissen in Bezug auf Neuschnee, Wind, Temperatur und Schneedeckenbeschaffenheit. Es ist Konsequenz gefragt: Keine Freeridetour ohne Kenntnis des LLB! In den Skigebieten hängt der Lawinenlagebericht an den Kassen und Liftstationen aus – es reicht jedoch nicht, den LLB nur kurz zu überfliegen. Tiefschneefahrer müssen sich eingehend mit ihm befassen und ihn interpretieren können! Unerfahrene schließen sich besser einem Bergführer mit Ortskenntnis an.

Leuchtet an den Panoramatafeln in den Skigebieten die Lawinenwarnleuchte auf, in Deutschland ist dies ab Lawinenwarnstufe 3 der Fall, haben Wintersportler abseits der gesicherten Pisten nichts verloren!

### **Die richtige Ausrüstung ist ebenfalls wichtig**

Zum Gelingen eines optimalen Freeskitages gehört neben einer gründlichen Vorbereitung auch die richtige Ausrüstung – der Sportfachhandel informiert kompetent über die unentbehrliche Grundausrüstung und weitere Sicherheitsoptionen in Bezug auf Lawinengefahren. Im Gegensatz zu den gängigen Pistenmodellen sind Freerideski wesentlich breiter. Das garantiert eine größere Auftriebsfläche, sodass der Skifahrer besser auf dem Powder gleiten kann.

Unbedingt dabei sein sollten bei jeder Abfahrt abseits der gesicherten Pisten ein Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS), eine Lawinenschaufel und eine Lawinensonde. Diese Rettungsausrüstung gehört dabei aber nicht nur ins Gepäck, sondern sollte auch von jedem Tiefschneefahrer korrekt angewendet werden können. Das ist schwieriger als man zunächst vermutet. Der Umgang mit den Hightech-Geräten will gelernt sein. Am besten sollte die Ausrüstung bereits am Abend zuvor gepackt und auf ihre Funktionstüchtigkeit geprüft werden. Besonderes Augenmerk sollte dabei auf neue Batterien im LVS-Gerät gelegt werden – Akkus sind in diesem Fall tabu! Um im Ernstfall schnell Hilfe rufen zu können, ist ein Handy dienlich (international gültige Notrufnummer 112).

Achtung: Der Irrglaube, mit Hightech-Ausrüstung ginge alles gut, birgt Gefahren. Auch mit einer sehr professionellen und kompletten Sicherheitsausrüstung darf man sich keinesfalls risikobereiter verhalten. Ein Lawinenunfall bleibt auch mit Hightech-Ausrüstung lebensgefährlich!

### **Sicherheit steht im Vordergrund**

Auch wenn eine Helmpflicht nicht in allen Alpenländern besteht – beim Tiefschneefahren wird der Kopfschutz dringend empfohlen. Selbst sehr erfahrene Wintersportler sind nicht vor Stürzen gefeit, die trotz des vermeintlich weichen Schnees abseits der präparierten Pisten zu schwerwiegenden Verletzungen führen können. Nur mit ausreichendem Schutz können Skifahrer das Risiko verringern. „Ein Helm sollte dabei zur Grundausrüstung gehören“, unterstreicht DSV-Sicherheitsexperte Andreas König. „Gerade bei Freeridetouren empfehlen wir zusätzlich einen Rückenprotektor und unbedingt einen Lawinenairbag.“

### **Lawinenseminare und DSV-Ausbildungen**

Die beste Lebensversicherung ist, erst gar kein Schneebrett oder eine andere Lawinenart auszulösen. Die meisten Wintersportler sind sich der Gefahren oftmals nicht bewusst. Daher ist es unabdingbar, Grundlagen des Risikomanagements in Lawinenseminaren unter Anleitung von Bergführern zu erlernen. Dabei erfahren Wintersportler Wissenswertes zur richtigen Ausrüstung, Tourenplanung, Schnee- und Lawinenkunde und Interpretation des Lawinenlageberichts. Nur so kann man sich angemessen mit der Gefahr von Lawinen auseinandersetzen! Ein grundlegendes Ziel der Aus-, Fort- und Weiterbildungen im Deutschen Skiverband ist es, durch das Skilehrwesen ein Maximum an Sicherheit im organisierten Skiraum und im Gelände zu vermitteln. Die Ausbildung von Lehrkräften, die später im alpinen Gelände unterrichten, verlangt deshalb gezielte Aus- und Weiterbildungen im Bereich Risikomanagement. Informationen zu den DSV-Ausbildungen erhalten Interessierte im Internet unter [www.deutscherskiverband.de/ausbildung](http://www.deutscherskiverband.de/ausbildung).

### **Know-how und Versicherungsschutz**

Darüber hinaus berät die DSV-Skiwacht deutsche Skigebietsbetreiber in Sicherheitsfragen. *DSV aktiv* unterstützt die Lawinenkommissionen, die zum Beispiel Gutachten über die Sperrung von Straßen, Pisten und sonstigen Gebieten bei Lawinen- oder Schneebrettgefahr erstellen und das künstliche Auslösen von Lawinen veranlassen, beim Versicherungsschutz. Genau der wird auch Einzelpersonen empfohlen: Ob auf oder abseits der gesicherten Pisten – Skiunfälle lassen sich leider nicht ganz vermeiden. Eine *DSV aktiv*-Mitgliedschaft inklusive Skiversicherung greift bei Unfall und Krankheit sowie bei Schäden an Ski, Snowboard und Skihelm. Mehr Informationen dazu finden Interessierte im Netz unter [www.ski-online.de/skiversicherung](http://www.ski-online.de/skiversicherung).

### **Kurzversion**

Immer mehr Skisportler zieht es zum Tiefschneefahren abseits der gesicherten Pisten. Aber Vorsicht: Dort lauert Lawinengefahr. Die Lektüre des Lawinenlageberichts, eine genaue Beobachtung der Wetterentwicklung, die richtige Schutz-ausrüstung sowie ausreichende Vorsichtsmaßnahmen sind Pflicht! Die wichtigsten Faktoren bei der Vorbereitung sind der Wetterbericht (Informationen zu Wind, Niederschlag und Temperatur), die Geländebeurteilung mit einer Karte (inklusive Hinweisen zu Absperrschildern, Hangneigung, -form und -exposition) sowie die Teilnehmer selbst. Ausschlaggebend ist auch die Anzahl der Gruppenmitglieder, ihr Können sowie ihre physische und psychische

Verfassung, auch unter Beachtung möglicher Gruppendynamischer Prozesse. Die richtigen Entscheidungen in kritischen Situationen zu treffen, sind nur demjenigen möglich, der sich mit den Risiken auseinandergesetzt hat. Der Hauptfaktor für bestehende Lawinenrisiken ist und bleibt die Natur an sich: der Schneedeckenaufbau, die Wetterentwicklung und die Hanglage. Für alpine und hochalpine Unternehmungen im Winter ist es generell unerlässlich, vor einer Tour immer den Lawinenlagebericht (LLB) als Planungsgrundlage heranzuziehen. Der LLB gibt Auskunft über die aktuelle Lawinensituation, die Schneebedingungen für bestimmte Regionen und den Grad der Lawinengefahr. In den Alpenländern gilt die europäische Lawinengefahrenskala mit fünf Gefahrenstufen. Leuchtet an den Panoramatafeln in den Skigebieten die Lawinenwarnleuchte auf, in Deutschland ist dies ab Lawinenwarnstufe 3 der Fall, haben Wintersportler abseits der gesicherten Pisten nichts verloren!

Die richtige Ausrüstung ist ebenfalls wichtig: Im Gegensatz zu den gängigen Pistenmodellen sind Freerideski wesentlich breiter. Das garantiert eine größere Auftriebsfläche, sodass der Skifahrer besser auf dem Powder gleiten kann. Unbedingt dabei sein sollten bei jeder Abfahrt abseits der gesicherten Pisten ein Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS), eine Lawinenschaufel und eine Lawinensonde. Diese Rettungsausrüstung gehört dabei aber nicht nur ins Gepäck, sondern sollte auch von jedem Tiefschneefahrer korrekt angewendet werden können. Zusätzlich empfiehlt sich das Tragen von Helm, Rückenprotector und Lawinenairbag.

Die meisten Wintersportler sind sich der Gefahren oftmals nicht bewusst. Daher ist es wichtig, Grundlagen des Risikomanagements in Lawinenseminaren unter Anleitung von Bergführern zu erlernen. Dabei erfahren Wintersportler Wissenswertes zur richtigen Ausrüstung, Tourenplanung, Schnee- und Lawinenkunde und Interpretation des Lawinenlageberichts.

#### Arbeitsmaterialien auf dem DSV-Presseserver

Zusätzliche Informationen zu diesem Thema sowie weitere Presstexte finden Sie auf unserem [Presseserver](#).

Weitere Informationen finden Sie auf dem DSV-Presseserver:

<http://www.ski-online.de/presse>

Login DSV-Presseserver: [presse/presse](#)

Ihr Ansprechpartner:

↓ [Download V-Card](#)

Florian Schwarz  
Pressestelle Deutscher Skiverband  
Haus des Ski am Erwin-Himmelseher-Platz  
Hubertusstr. 1, 82152 Planegg  
Telefon: +49 (0)89 85790-238  
Telefon: +49 (0)151 121 136 72  
[florian.schwarz@deutscherskiverband.de](mailto:florian.schwarz@deutscherskiverband.de)

Aktuelle Informationen und Statements präsentiert von der [Deutschen Kreditbank AG](#)



Dieser Service wird bereitgestellt von DSV aktiv und der Stiftung Sicherheit im Skisport (SIS)



#### Rechtlicher Hinweis

Die uns vorliegenden Informationen zu Ihrer Person werden von uns nur zum Versand des Newsletters erhoben, verarbeitet und genutzt. Datenschutzrechtliche Bestimmungen werden dabei vollumfänglich beachtet. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt zu keinem Zeitpunkt.

Falls Sie diese E-Mails nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie bitte eine E-Mail an [pressestelle@deutscherskiverband.de](mailto:pressestelle@deutscherskiverband.de)

---

© 2014 Deutscher Skiverband e.V.

