

Mountainbiken sicher & fair

Gerhard Mössmer vom Referat Bergsport des Österreichischen Alpenvereins berichtet über Neues zum Mountainbiken: Mountainbiken zählt zu den großen Breitensportarten im Alpenraum und gilt somit auch als eine der Kernsportarten innerhalb des Alpenvereins. Sportliche Herausforderung und gemeinsames Erleben sind beim Radeln eng miteinander verknüpft. Mountainbiken polarisiert aber auch wie selten eine andere Bergsportdisziplin – und beinhaltet somit ein hohes Konfliktpotential. Der vorliegende Cardfolder SicherAmBerg Mountainbiken zielt darauf ab, den aktiven Bergradler bei seinen Touren zu begleiten und das Miteinander mit anderen Bergsportlern auf ein hohes Niveau zu stellen. Die Grundlage der Publikation baut auf den – vom OeAV maßgeblich mitgestalteten – 10 Empfehlungen des CAA (Club Arc Alpine) auf und verfolgt eine Struktur, die von guter Planung über Tourendurchführung bis zu Tipps und Tricks für unterwegs reicht. Die Vorderseite des Cardfolders liefert vertiefende Informationen zu den Empfehlungen. Nachdem Informationsgewinn auch Sicherheitsvorsprung bedeuten kann, liegt der Focus – wie auch in anderen Bergsportdisziplinen – auf Planung, Vorbereitung und sicherer Tourendurchführung. Aufgelockert durch Illustrationen, die zum Lachen einladen und zum Schmunzeln anregen, wird so der Biketag begleitet. Die umfangreiche Rückseite kann voll und ganz als kleiner Pannenhelfer tituliert werden und leitet hilfreich durch eine Vielzahl von möglichen kleinen technischen Defekten. Die schrittweisen Formulierungen werden durch Illustrationen unterstützt, durch die angenehme Größe hat der Cardfolder nicht nur bei den Planungsunterlagen Platz, er schmiegt sich nahezu an jedes Multitool im Rucksack an. Um im Notfalles genau zu wissen was zu tun ist, haben wir beiden Cardfoldern ein Servicekärtchen beigelegt: Hier sind die wichtigsten Notrufnummern sowie die entsprechende Vorgehensweise zum Absetzen des Notrufs angeführt. Last but not least ist auf dem Notfallkärtchen – das übrigens immer mit dabei sein sollte – das Basisablaufschema Erste Hilfe (CPR) zu finden. Der Cardfolder inkl. Kärtchen kostet € 1,20 / 0,90 www.alpenverein.at/shop

Apropos Cardfolder: Um die kleinen Falter – bisher erschienen sind die Themen Skitouren, Bergwandern und Mountainbiken; Hochtouren und Klettersteig folgen noch dieses Jahr – attraktiv wie platzsparend und aufgeräumt zu präsentieren, gibt es die Spenderbox aus Karton. Die Cardfolder sind in der Box gut aufgehoben und können einfach und schnell von Interessierten entnommen werden. Die speziell nach den jeweiligen Themen gestalteten Spender bieten Platz für ca. 80 Cardfolder und wollen in der Geschäftsstelle, in Tourismusverbänden, in Hotels oder auf Hütten aufgestellt werden.

Neuaufgabe Seiltechnik

Eine weitere Neuaufgabe gibt es beim OeAV, dazu Michael Larcher, einer der Autoren: Die Tatsache, dass unsere „Seiltechnik“ nun bereits in der sechsten Auflage erscheint, ist der eindrücklichste Beleg für den Erfolg dieser Alpenvereins-Lehrschrift. Der Text möglichst kompakt, präzise Illustrationen, klare Struktur und Reduktion auf das Wesentliche – Qualitätsmerkmale, die auch in dieser Auflage konsequent weiterentwickelt wurden. Das besondere Anliegen von mir und Heinz Zak: Den letzten Stand der OeAV-Lehrmeinung abzubilden und modernen Entwicklungen im Kletter- und Bergsport Rechnung zu tragen. Preis: € 15,90 / € 12,90 für Mitglieder, www.alpenverein.at/shop



Cardfolder Mountainbike



Spenderbox

Sauschwänze Abb. 1



Sauschwänze Abb. 2



Marker Kingpin



Österreichisches Kuratorium für Alpine Sicherheit

Auch das Kuratorium für Alpine Sicherheit war den Sommer über aktiv. Geschäftsführer Andi Würtele berichtet, womit sie sich in den letzten Wochen beschäftigt haben:

Sauschwänze. Anfang Juli stürzte eine erfahrene Bergsteigerin beim Abseilen an der Martinswand bei Innsbruck tödlich ab. Bei der Ursachen-Forschung stellte sich heraus, dass die industriell gefertigten Sauschwänze gefährlicher sind als bisher angenommen: einerseits kann das Seil durch herumschlenkern (zB wenn man in einer Schrofenlänge den Seilverlauf zum Abziehen optimieren will) aus dem Sauschwanz zumindest teilweise geschleudert werden, sodass das Seil bei der nächsten Belastung herausrutscht und unweigerlich zum fatalen Totalabsturz führt (Abb. 1). Andererseits kann, weil diese Sauschwanz-Bauweise ein nach oben offenes System ist, sich das Seil eben in diese Richtung ebenfalls teilweise aushängen, was wiederum fatale Folgen hat. Dies ist vor allem dann zu beachten, wenn sich der Sauschwanz unterhalb des Anseilpunktes des Kletterers befindet – beispielsweise weil man bei einem Abseilstand oder auch Klettergarten-Umlenkung bequem auf einem Band stehen kann und der Haken eigentlich etwas zu tief gesetzt wurde. Die gute Nachricht: Man kann die Gefahr des Seil-Aushängens ganz einfach und schnell entschärfen. Bei Abseilpisten (hier wurden immer wieder Sauschwänze gesetzt, weil man das Seil sehr schnell einhängen kann und nicht durchfädeln braucht) sollte man die Selbstsicherungsschlinge verlängern (direkt doppelt durch den Haken, sodass man sie abziehen kann und nicht zum Aushängen wieder über den Sauschwanz steht), um in die optimale, oben Position zu gelangen, sodass der Körperschwerpunkt unterhalb des Sauschwanzes liegt). Zusätzlich kann jeder Sauschwanz mit einer ganz normalen Expressschlinge nachgesichert werden (Abb. 2) und diese wird erst entfernt, sobald man sich vergewissert hat, dass das Seil ordnungsgemäß eingehängt ist und man sich mit voller Belastung schon in Abseilposition befindet. In Sportkletterrouten bzw. Klettergärten sind Sauschwänze am häufigsten: Wie hier oben erwähnt, steigt das Risiko vor allem dann, wenn man sich mit dem Anseilpunkt (in der Regel Hüfthöhe) über dem letzten, eingehängten Haken befindet. Deswegen sollte man es im Nachstieg unterhalb des Umlenkens einfach gut sein lassen und nicht noch schnell zum Henkel oberhalb des Hakens rauf oder über die Kante schauen, etc.

Sommerlawinen. Der Bergsommer 2014 war in den Alpen in erster Linie für Freunde schottischer Verhältnisse wirklich befriedigend. Aufgrund der vielen und teilweise auch recht ergiebigen Niederschläge sammelten sich teilweise erhebliche Neuschneemengen oberhalb von ca. 3.000 Meter an. Dementsprechend stieg die Lawinengefahr an – eine Gefahrenquelle, die man im Sommer nur zu gerne vergisst, da Gletscherspalten, Steinschlag, Gewitter udgl. viel mehr als objektive Gefahren im Sommer in unseren Köpfen verankert sind. Zahlreiche – zum Teil tödliche – Lawinenunfälle in diesem Sommer vor allem in den Westalpen bestätigen dies: Tage mit erhöhter Lawinengefahr sind im (theoretischen) Hochsommer eigentlich nichts Außergewöhnliches, wenn auch die Gefahr meist auch nur kurzfristig ist. In der Zeitspanne während und unmittelbar nach dem Schneefall sollten vor allem Neu- und Triebschneeablagerungen beachtet werden – insbesondere weil kaum Bindung zum Untergrund (Blankeis, sehr harter Altschnee) besteht und somit klassische Schneebrettlawinen entstehen können. Mit zunehmender Erwärmung steigt aufgrund der Durchfeuchtung dann die Gefahr von Nassschneelawinen: Besonders gefährlich sei auch hier ein Gleithorizont durch Gletschereis,

hartem Altschnee, Felsplatten oder steilen Grashängen. „Auf diesen wirkt das eindringende Schmelzwasser wie ein Schmiermittel. Nassschneelawinen können vom Bergsteiger selbst durch eine Zusatzbelastung ausgelöst werden, aber auch spontan abgehen“, beschreibt Meteorologe und Kuratoriums-Präsident Karl Gabl die Vorgänge in der Schneedecke. Auch wenn sich die Situation generell meist schnell entspannt, sollte man dennoch auch Tage nach dem letzten Schneefall die Lawinengefahr berücksichtigen – speziell beim Queren von eingeschneiten Rinnen oder eingewehnten Flanken. Obwohl bei Sommerlawinen vorrangig die Gefahr des Abstürzens gegeben ist, darf man auch nicht vergessen, dass in der Regel auf Hochtouren keine entsprechende Notfallausrüstung mitgeführt wird und somit eine schnelle Kameradenrettung bei Verschüttung fast unmöglich ist. Ebenso darf die Gefahr des Mitreisens nicht unterschätzt werden, da man oft im Seilschaftsverbund unterwegs ist und weshalb man in derartigen Gefahrenstellen auch die Sicherungstechnik an dieses Risiko anpassen sollte. www.alpinesicherheit.at

Marker Kingpin

Unser Skifetischist Andreas Lercher war im August in Chile und hat eine neue Tourenbindung testen können: für ein „ausprobiert“ waren vier Tage am Schnee zu wenig, an dieser Stelle jedoch sein erster Eindruck: Bereits zu Beginn der Wintersaison wird die neue Pintech-Bindung von Marker erhältlich sein. Die Kingpin ist die erste Bindung mit TÜV-Norm und kann mit einigen beeindruckenden Neuerungen punkten.

Sicherheit. Der Vorderbacken ist nahezu identisch mit den bisher erhältlichen Tech-Bindungen, verfügt jedoch über 6 anstatt 4 Federn und einer zusätzlichen Gleitplatte, die eine korrekte Auslösung unabhängig von der Schuhsohlenkonstruktion ermöglicht. Die Auslösung des Vorderbackens erfolgt wie bisher über den Hinterbacken. Geeignet für alle Schuhmodelle mit Tourensohlen-norm (für die TLT-Serie von Dynafit ist optional ein Adapter erhältlich). Gänzlich neu ist die Hinterbackenkonstruktion mit einem Fersenautomat wie bei klassischen Skibindungen mit einstellbarem Anpressdruck.

Performance. Bereits das Geräusch der Fersenbackens beim Einsteigen in die Bindung lässt die zu erwartende Abfahrtsperformance erahnen. Bombensicherer Halt, direkt am Ski aufliegende Schuhsohle und ein gleitender Hinterbacken ermöglichen eine bei Tourenbindungen noch nie dagewesene Abfahrtsperformance, da der natürliche Flex des Skis erhalten bleibt. Einheitliche Bohrmusterbreite von 38 mm für maximale Kraftübertragung auch bei breiten Skimodellen.

Komfort. Die aktuell wohl bequemste Tourenbindung! Eine Einstieghilfe am Vorderbacken sorgt für kinderleichtes Einsteigen in die Bindung unabhängig vom Schuhmodell. Fixierung des Vorderbackens für den Aufstieg, Öffnen des Vorder- und Hinterbackens und die beiden klappbaren Steighilfen werden mit dem Skistock erledigt. Auch ein beliebiger Wechsel zwischen Aufstiegs- und Abfahrtsmodus ist mit dem Stock zu bewältigen ohne mit dem Schuh aus der Bindung zu müssen.

Gewicht. Die Optik täuscht: mit 1500 g/Pair ist die Kingpin lediglich 300 g schwerer als beispielsweise das Modell Radical von Dynafit.

Daten. Gewicht pro Paar 1.500 g inkl. Stopper, Harscheisen in 90/105/102 mm erhältlich, Stopperbreiten 75-100/100-125 mm, Harscheisen 90/105/120 mm, Z-Wert 5-10 (Kingpin 10)/6-13 (Kingpin 13)

Preis. € 430,- (Kingpin 10) bzw. 470,- (Kingpin 13) ■