Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer

K. Winkler / H.-P. Brehm / J. Haltmeier

Bergsport Sommer

Technik / Taktik / Sicherheit

Ausbildung

5. Auflage

Projektleiter SAC: Bruno Hasler
In Zusammenarbeit mit

SAC Verlag

I. Haftungsausschluss

1. Inhalt

Bergsteigen ist gefährlich und kann zu Körperverletzungen oder Tod führen. Die Angaben in diesem Lehrbuch unterliegen einem starken Wandel der Zeit. Dieses Lehrbuch soll die Risiken im Alpinismus möglichst umfassend aufzeigen, kann jedoch nicht davor schützen. Es entbindet daher in keiner Weise von der Selbstverantwortung jedes Benützers, wozu unter anderem das Erlernen der notwendigen Techniken unter fachkundiger Aufsicht sowie die Einhaltung aller Angaben der Bergsportartikelhersteller gehören.
Die Autoren übernehmen keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Informationen. Haftungsansprüche gegen die Autoren, welche sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der im Lehrbuch enthaltenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen, sofern seitens der Autoren kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt.
Die Autoren behalten es sich ausdrücklich vor, Teile des Lehrbuches ohne gesonderte Ankündigung zu verändern, zu ergänzen oder zu löschen.

2. Verweise, Links

Sofern in diesem Lehrbuch auf fremde Werke, Internetseiten («Links») oder Apps verwiesen wird, übernehmen die Autoren keine Verantwortung für deren Inhalte.

II. Urheberrecht

Der ganze oder teilweise Abdruck und die elektronische oder mechanische Vervielfältigung gleich welcher Art sind nicht erlaubt. Abdruckgenehmigungen für Abbildungen und Text erteilt: SAC-Verlag, Postfach, 3000 Bern 23, verlag.edition@sac-cas.ch.

© 2015 SAC-Verlag
5., komplett überarbeitete Auflage 2015
Rechte: Alle Rechte beim Schweizer Alpen-Club SAC
Kartenausschnitte reproduziert mit Bewilligung von
swisstopo (BA 100566)
Illustrationen: villard.biz, Münchenbuchsee
Satz und Druck: www.jordibelp.ch
Umschlag: Buch & Grafik, Barbara Willi-Halter, Zürich
Printed in Switzerland
ISBN 978-3-85902-408-3

FSC
www.fsc.org
MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C002982

Inhaltsverzeichnis

Zum Geleit 8

Vorwort 10

Einführung 12

Grundwissen 15
Natur und Umwelt 16
Wetter 32
Orientierung 43
Gefahren im Gebirge 57

Ausrüstung 69
Bekleidung 70
Tourenausrüstung 73
Notfallausrüstung 83

Planen & Entscheiden 85
Tourenplanung 86
Entscheidungsfindung 100

Gruppenbergsteigen 111
Führen 112
Gruppen im Gebirge 114
Bergsteigen mit Kindern 118

Berg- und Alpinwandern 121

Klettersteig 129

Seiltechnik 137
Das Seil 138
Knoten 145
Anseilen 151
Sichern 158
Abseilen 176

Felsklettern 187
Besser klettern 188
Bouldern 210
Halle und Klettergarten 213
Verankerungen im Fels 224
Mehrseillängen-Routen 230
Kniffs und Tricks für harte Routen 238

Hochtouren 245
Technik in Schnee und Eis 246
Verankerungen in Schnee und Eis 253
Gletschertouren 258
Kombinierte Touren 261

Rettung 283
Erste Hilfe 284
Biwak 293
Evakuieren 294
Kameradenrettung im Fels 295
Spaltenrettung 304
Organisierte Rettung 314

Anhang 317
Literatur 318
Bildnachweis 321
Checklisten 322
Links, Apps und Telefonnummern 324
Stichworte 327
Autoren 330