

LVS Kurs vom Samstag, 9. Januar 2016

Literatur / wichtige Links:

Posten 1 **Ausrüstung und Tourenplanung**

<http://www.sac-cas.ch/unterwegs/tourenplanung.html>

<http://www.bergwelten.com/blog/packliste-skitouren-gehen>

Wetter <http://wetterstationen.meteo-media.de/?station=069970&wahl=vorhersage>
<http://meteo.srf.ch/Nachrichten/Uebersicht>

Posten 2 **Lawinen**

White Risk <https://www.whiterisk.ch/de/> Lawinenprävention

Merkblatt: Achtung Lawine http://www.sac-cas.ch/fileadmin/sac/PDF-Dateien/Unterwegs/Lawinen/Deutsch/MB_Achtung_Lawinen_D.pdf

SLF <http://www.slf.ch/> WSL-Institut für Schnee- und Lawinenforschung SLF

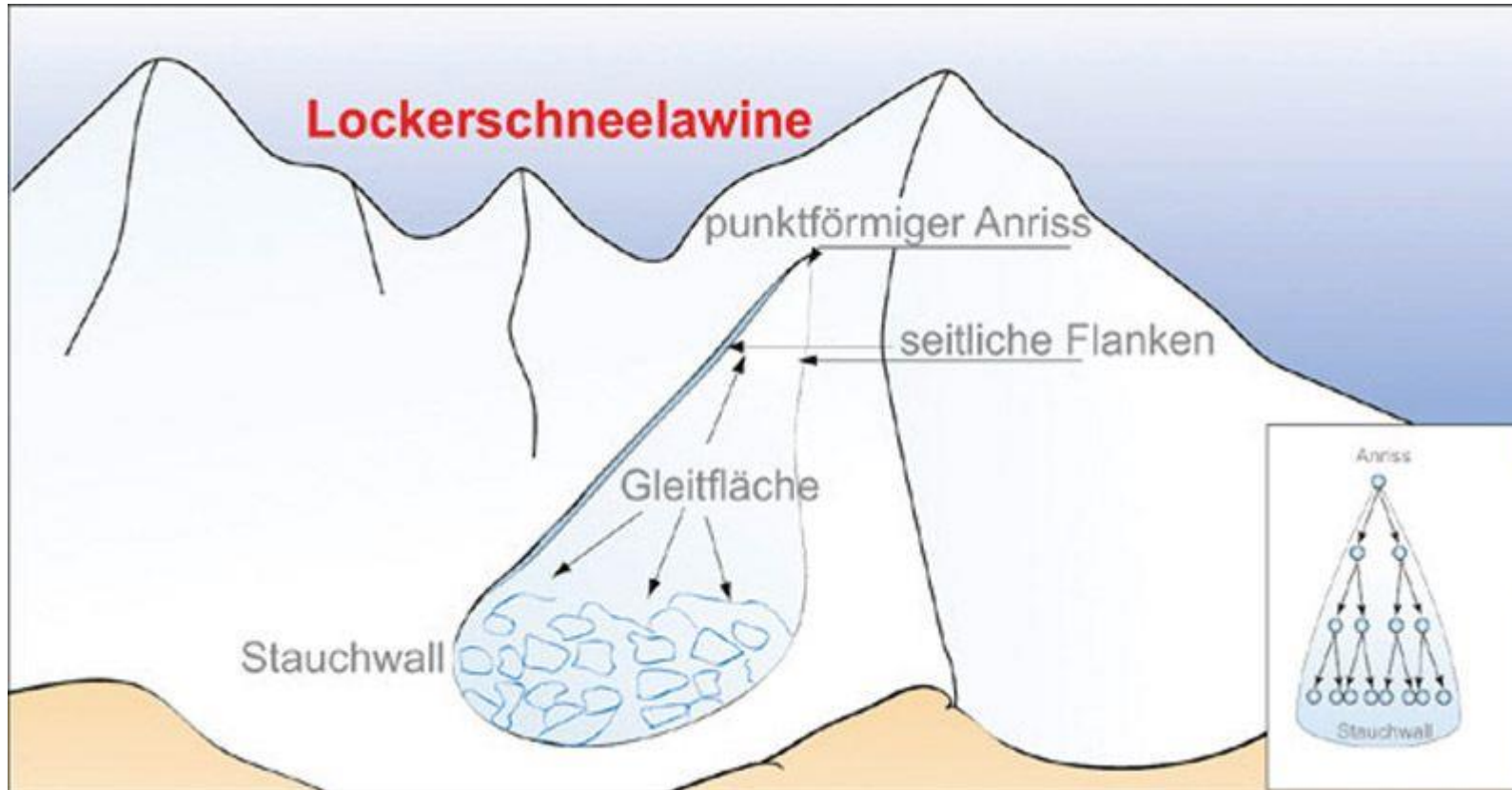
Posten 5 **Rettung (Erste Hilfe)**

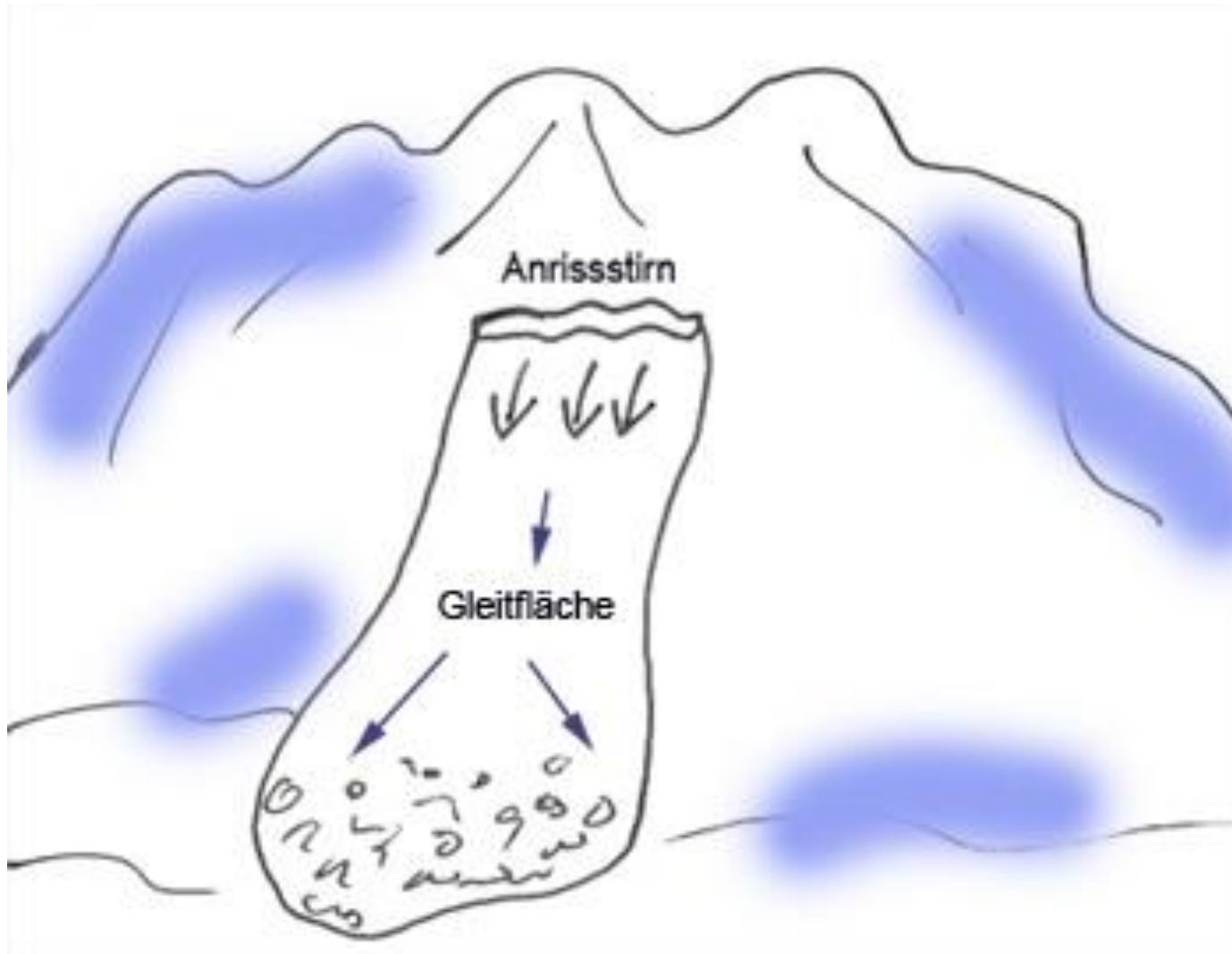
<http://www.sac-cas.ch/fileadmin/sac/PDF-Dateien/Unterwegs/Lawinen/Deutsch/Lawinenunfall.pdf>

REGA App auf Handy

Winkler, Brehm, Haltmeier (2005) 1. Aufl. Bergsport Winter *Technik, Taktik, Sicherheit*

<http://www.sac-cas.ch/unterwegs/sicherheit/buecher-bergsport-sommerwinter.html>





3 Kriterien / 3 Filter	Verhältnisse	Gelände	Mensch
Regional Tourenplanung zu Hause	<ul style="list-style-type: none"> • Lawinenlagebericht • Wetterprognose • Auskünfte von Locals und Experten vor Ort 	<ul style="list-style-type: none"> • Karte 1:25.000 • Tourenführer • Eigene Geländekenntnisse 	<ul style="list-style-type: none"> • Wer kommt mit? • Ausbildung und Erfahrung meiner Kollegen? • Ausrüstung? • Kondition?
Lokal Im Gebiet: So weit das Auge reicht	<p>Schneeverhältnisse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schneeverfrachtungen • Alarmzeichen • Kritische Neuschneemengen • Wellen/Dünen/Windgängen • Stimmt der Lawinenlagebericht? Ggf. korrigieren • Wo sind die gefährlichen Stellen zu erwarten? <p>Wetter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie ist die Sicht? • Bewölkung? Wind? • Niederschlag? Temperatur? 	<p>Stimmen meine Vorstellungen mit den Gegebenheiten vor Ort überein?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Geländeformen und ihre Steilheit • Exposition (en) • Sind die Spuren anderer Freerider im Gelände den Verhältnissen angepasst? 	<ul style="list-style-type: none"> • Mit wem bin ich unterwegs? • Ausrüstungskontrolle (LVS, etc.) • Sind andere Freerider im Gebiet unterwegs (evtl. Absprachen treffen) • Zeitplan: soll/ist-Vergleich
Zonal Einzelhang-Check	<ul style="list-style-type: none"> • Neuschneemenge überprüfen • Frische Tribschneeansammlungen? • Sonneneinstrahlung? • Wo könnte ein Schneebrett abgehen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Wer/was ist über mir? • Wer/was ist unter mir? • Wie steil ist die steilste Hangstelle? • Exposition? • Typisches Lawinengelände: felddurchsetzter Steilhang/steiler Lee-Hang? • Hangform • Höhenlage • Ständig befahrener Hang? 	<ul style="list-style-type: none"> • Können, Disziplin, Müdigkeit <p>Vorsichtsmaßnahmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abstände • Einzelfahrten (Spur/Korridor-Fahrten) • Sichere Sammelplätze festlegen <p>Ggf. Hang umgehen und auf Abfahrt verzichten!</p>