

Vorsicht bei den ersten Skitouren!



Achtung Lawinengefahr! In den nächsten Tagen ist Zurückhaltung angesagt.

Credit: Alpenverein/M. Larcher
Fotograf: Michael Larcher

Utl.: Trotz Neuschnee-Euphorie: Lawinengefahr unbedingt beachten =

Innsbruck (TP/OTS) - Erstmals in dieser Saison locken nun winterliche Tourenbedingungen. Der Alpenverein befürchtet, dass die Begeisterung über den langersehnten Schneefall viele Tourengerer dazu verleiten könnte, die angespannte Lawinensituation zu ignorieren. In Anbetracht der Lawinengefahr, die derzeit als erheblich eingestuft wird, raten die Experten Tourengern und Freeridern zu besonderer Vorsicht und umsichtiger Tourenplanung. Andernfalls seien in den nächsten Tagen Lawinenunfälle vorprogrammiert.

Neben der Freude über den Schneefall macht sich derzeit auch Sorge beim Alpenverein breit: "Am Wochenende droht der ideale Mix für Lawinenunfälle: Neuschnee, starker Wind, eine instabile Unterlage - und 'ausgehungerte' Tourengerer, die die winterlichen Bedingungen endlich für ihren Saisonstart nutzen wollen", so Michael Larcher, Bergführer und Leiter der Bergsport-Abteilung im Alpenverein.

"Wir bitten die Tourengerer und Freerider, den aktuellen Lawinenlagebericht und die Sicherheitsempfehlungen des Alpenvereins unbedingt zu beachten und bei Touren abseits der Pisten zurückhaltend zu sein. Sonst sind angesichts der aktuellen Lawinensituation Unfälle vorprogrammiert", gibt Larcher zu bedenken.

Zwtl.: 10 Empfehlungen zur Risikominimierung

Mit den "10 Empfehlungen für Skitouren" bietet der Alpenverein Tourengern eine kompakte Checkliste, um im freien Gelände sicherer

unterwegs zu sein:

Zwtl.: Skitouren und Freeriden: 10 Empfehlungen des Alpenvereins

1. Gesund in die Berge: Skitouren sind Ausdauersport. Die wertvollen Belastungsreize für Herz und Kreislauf setzen Gesundheit und eine gute Selbsteinschätzung voraus. Vermeide Zeitdruck und wähle das Tempo so, dass niemand in deiner Gruppe außer Atem kommt. Achte auf Kraftreserven für die Abfahrt.

2. Sorgfältige Planung: Karten, Führerliteratur, Internet und Experten informieren über Länge der Tour, Höhendifferenz, Schwierigkeit und die aktuellen Verhältnisse. Besondere Beachtung verdient der Wetterbericht, da starker Wind und schlechte Sicht das Unfallrisiko stark erhöhen.

3. Lawinenlagebericht studieren: Informiere dich vor Antritt der Tour eingehend über die aktuelle Gefahrenstufe (Europäische Gefahrenskala für Lawinen in 5 Stufen). Achte besonders auf die Angaben zu den Gefahrenstellen (Wo ist es heute gefährlich?) und den Gefahrenquellen (Was ist heute die Hauptgefahr?).

4. Vollständige Ausrüstung: Passe deine Ausrüstung den winterlichen Verhältnissen an und achte auf ein geringes Rucksackgewicht. Für den Lawinen-Notfall sind LVS-Gerät, Schaufel und Sonde Standard, ebenso Erste-Hilfe-Paket, Biwaksack und Mobiltelefon. Ein Airbag-System erhöht die Überlebenschancen.

5. Regelmäßig Trinkpausen: Flüssigkeit, Energie und Pausen sind notwendig, um Leistungsfähigkeit und Konzentration zu erhalten. Heiße, isotonische Getränke sind ideale Durstlöscher und Wärmespender. Leicht Verdauliches, wie Müsliriegel, Trockenobst und Kekse, stillt den kleinen Hunger unterwegs.

6. Lawinenrisiko abwägen: Beim Erkennen der Lawinengefahr sind dem Menschen enge Grenzen gesetzt. Stütze deine Entscheidungen daher auf strategische Methoden der Risikoeinschätzung und lerne, Gefahrenzeichen im Gelände zu erkennen.

7. Abstände einhalten: Entlastungsabstände von 10 m beim Aufstieg in Steilhängen (ab einer Neigung von 30 Grad) reduzieren die Belastung auf die Schneedecke und steigern den Komfort bei Spitzkehren. Halte bei der Abfahrt grundsätzlich Abstände von mindestens 30 m ein und

befahre sehr steile Hänge (ab 35 Grad) einzeln.

8. Stürze vermeiden: Stürze bei der Abfahrt sind die häufigste Unfallursache auf Skitouren. Für die Schneedecke bedeuten sie zudem eine große Zusatzbelastung. Gute Skitechnik und eine dem Können angepasste Geschwindigkeit reduzieren das Risiko. Ein Skihelm kann vor Kopfverletzungen schützen.

9. Kleine Gruppen: Kleine Gruppen ermöglichen gegenseitige Hilfe und verringern das Risiko, Lawinen auszulösen. In der Gruppe zusammen bleiben. Achtung Alleingänger: Bereits kleine Zwischenfälle können zu ernststen Notlagen führen. Daher immer vertraute Personen über Ziel, Route und Rückkehr informieren.

10. Respekt für die Natur: Keine Abfälle zurücklassen, Lärm vermeiden, Aufforstungsflächen nicht betreten, Schutz- und Sperrgebiete respektieren. Besondere Rücksicht auf Wildtiere im Winter! Zur Anreise Fahrgemeinschaften bilden oder öffentliche Verkehrsmittel nutzen.

Zwtl.: Linktipps:

- www.lawinen.at: Aktueller Lawinenlagebericht
- www.alpenvereinaktiv.com: Tourenportal der Alpenvereine in Österreich, Deutschland und Südtirol inkl. Lawinenlagebericht
- www.alpenverein-akademie.at: Kursangebot der Alpenverein-Akademie
- www.risk-fun.com: Ausbildungsprogramm der Alpenvereinsjugend für Freerider

Bildmaterial zum Download:

www.alpenverein.at/presse

Bild(er) zu dieser Aussendung finden Sie im AOM / Originalbild-Service sowie im OTS-Bildarchiv unter <http://bild.ots.at>

~

Rückfragehinweis:

Österreichischer Alpenverein - Abteilung Bergsport

Mag. Michael Larcher

Olympiastraße 37, A-6020 Innsbruck

T +43/512/59547-23

M +43/664/8556423

michael.larcher@alpenverein.at

www.alpenverein.at

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/4724/aom>

*** TP-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.TOURISMUSPRESSE.AT ***

TPT0002 2016-01-15/10:23

151023 Jän 16

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20160115_TPT0002