



Regeln beim Sichern im Vorstieg (Kurzfassung)

- Im Vorstieg immer direkt ins Seil einbinden
 - Das im Toprope unter bestimmten Umständen akzeptierte Anseilen mit Safelock-Karabinern ist im Vorstieg grundsätzlich verboten
- Sicherungsgerät richtig bedienen
 - Nur mit vertrauten Geräten sichern
 - Eine Hand umschließt immer das Bremsseil
 - Korrekte Position der Bremshand beachten
 - Seilende „abknoten“
 - Gewichtsunterschied berücksichtigen
- Spotten bis zum ersten Haken
 - Spotten (Sicherheitsstellung des Sichernden: beide Arme abfangbereit in Richtung Hüfte des Kletternden strecken, Finger schließen, Daumen anlegen) kann Verletzungen bei Bodenstürzen verhindern. Ziel ist es, dem Partner eine Landung auf den Füßen zu ermöglichen.
 - Nur bei der ersten Exe: Sobald es möglich ist, das Seil in der ersten Exe einhängen.
 - Mit dem Einhängen / Clippen der ersten Exe, beginnt der Übergang zur Seilsicherung
 - Volle Aufmerksamkeit beim Sichern
- Alle Zwischensicherungen einhängen
 - Stürze sind immer möglich
 - Griffe können sich drehen oder brechen
- Zwischensicherungen nicht überstreckt einhängen (klippen)
 - Einhängen aus stabiler Position
 - Möglichst auf Hüfthöhe einhängen, stark überstrecktes Einhängen ist zu vermeiden
 - Bis zum fünften Haken droht Bodensturzgefahr
- Sturzraum freihalten
 - Am Boden und an der Wand
 - Auch bei Pendelsturzgefahr (z.B. am 90° Dach)
 - Pendelgefahr beachten
- Kein Toprope / Ablassen an einzelner Karabiner
 - Zwei unabhängige Sicherungspunkte (Redundanz)
 - Mindestens zwei Karabiner oder Exen