



FÜNFZEHN MINUTEN ZUM ÜBERLEBEN: Die richtigen Handgriffe und das Wissen um Gefahren retten Leben. Zu erlernen im Lawinen-Workshop.

VON MONIKA NEIHEISSER

Der Schnee staubt unter unseren Skiern. Wir powdern fernab präparierter Pisten durch den Neuschnee. Freeride heißt das Zauberwort, das die Herzen ambitionierter Skifahrer höher schlagen lässt.

Am Fuße des Berges sammelt sich unsere Gruppe, und Bergführer Alexander Römer deutet mit dem Skistock auf den Nordhang vor uns. Er scannt den Berg: „Seht ihr die Spur, die sich zwischen den Felsen durchzieht? Da ist erst kürzlich eine Lawine abgegangen. Oder dort: eine typische Stelle für eine Lawine.“

Alexander kennt die Gefahren am Berg und leitet das Lawinencamp Bayern. Was sagen die fünf Lawinenwarnstufen aus? Und wie sind die 15 Minuten zu nutzen, die einem Verschütteten zum Überleben bleiben? All das lernen wir an einem strahlend blauen Wintertag im Spitzingsee-Gebiet beim Lawinen-Workshop.

Nach kurzer Theorie auf der Sonnenterrasse des Taubensteinhauses geht es ab in den Schnee. Ausgerüstet mit dem Überlebenspaket abseits der Piste. Es besteht aus Lawinenverschüttetensuch-Gerät (LVS), Schaufel und Sonde. Zwei LVS sind im Schnee vergraben und senden. Die müssen wir finden. Angela läuft mit ihrem Empfänger hin und her, bis ein Pfeil auf dem Display auftaucht. Der gibt die Suchlinie an, die der nierenförmigen Strahlung des LVS-Geräts entspricht, niemals aber die Luftlinie zum Verschütteten zeigt. Plötzlich: ein schriller Piepton. Das verschüttete LVS-Gerät ist nicht mehr weit.

Mit zwei Skistöcken legt Angela ein Kreuz in den Schnee, die sicherste Methode, einen Verschütteten zu finden. Mit der Sonde stochert sie im Schnee herum. Nach acht Minuten hat sie den Rucksack ertastet, in dem das Gerät versteckt ist. Bleiben sieben Minuten zum Schaufeln.

Nächste Übung: Rommy kriecht in eine Schneehöhle. Dann stechen Michael und Angela, Barbara und ich mit unserer 2,20 Meter langen Sonde immer wieder vorsichtig ins tiefe Weiß, um Rommy zu orten. Plötzlich ruft Michael: „Ich fühle etwas Weiches“, Angela antwortet: „Ich auch.“ Michael trifft Rommys Beine, Angela ortet den Po, Barbara berührt den Kopf.

Jetzt heißt es schaufeln, was das Zeug hält. Unsere Gesichter glühen, und die Skijacken sind plötzlich viel zu warm. Rommy muss aus 80 Zentimetern, der durchschnittlichen Verschüttetentiefe, ausgegraben werden. Talwärts, so dass sie am Ende leicht herausziehen ist.

Bei dir piept's





Theorie mitten im Schnee

Bevor es an die Suche geht, klärt der Ausbilder die wichtigsten Grundlagen. Damit später alles klappt.



Das Zentrum finden

Alexander malt mit dem Skistock in den Schnee, wie sich die Suchenden dem LVS nähern sollen.



Handgriffe müssen sitzen

Wie schichtet sich Schnee? Wie funktioniert ein LVS? Wie steil ist ein Hang? All das vermittelt der Lawinenkurs.



Wie im Zirkeltraining wechseln wir uns im Drei-Sekunden-Takt ab. Michael übernimmt die Führung, die anderen folgen seinem Kommando. Entscheidungen müssen überlegt, aber schnell getroffen werden. Zeit für Diskussionen hat der Verschüttete keine, muss aber Ruhe bewahren. Das Lawinenopfer versteht jedes Wort unter dem Schnee, wird selbst aber nicht gehört: Rufen und Schreien sind bloße Kraftverschwendung. Meditative Übungen können die Gliedmaßen warm halten.

In der geheizten Stube des Taubensteinhauses zeigt uns Alexander am Abend im Film, wie eine Lawine den Berg hinabdonnert. Es geht darum, Lawinengefahr einzuschätzen. Dazu analysieren wir den Lawinenlagebericht der bayerischen Lawinenwarnzentrale und lernen die 3-mal-3-Risikomethode des Schweizer Lawinenpapstes Werner Munter. Dabei spielen Wetter, Gelände und Schneedecke die größte Rolle.

Am nächsten Morgen schnallen wir Schneeschuhe an und gehen in zwei Gruppen auf Tour. Wir suchen an den Hängen nach optischen Lawinengefahren, messen die Steilheit der Berge mit der Snowcard und berechnen immer wieder das potentielle Lawinenrisiko.


Für uns ist die weiße Gefahr kalkulierbar geworden, doch Alexander warnt: „Es gibt keine Sicherheit am Berg. Dennoch machen die richtige Ausrüstung und das Wissen den Berg sicherer.“


LAWINEN-WORKSHOP

Der Kurs vermittelt das Wissen, richtig mit der Ausrüstung umzugehen. Wie ein Erste-Hilfe-Kurs muss dieses Wissen immer wieder aufgefrischt werden, damit es im Ernstfall parat ist. Selbst Warnstufe 1 kann im ungünstigsten Fall zum Tod führen. Jeder, der sich im Winter abseits von Pisten bewegt, muss mit einem LVS-Set, bestehend aus LVS-Gerät, Sonde und Metallschaufel, ausgerüstet sein.

Im Lawinencamp Bayern finden an Wochenenden in der Wintersaison drei verschiedene Lehrgänge statt: Einsteiger intensiv, Theorieabend intensiv und Entscheidungstraining. Alle Workshops sind zusammen oder unabhängig voneinander zu buchen, sie kosten ab 65 Euro.

 Alpinwerkstatt, Die Bergsportagentur, Alexander Römer, Schulstraße 28a, 83607 Holzkirchen, Tel.: 08024/6089900, www.lawinencamp-bayern.de. Infos zur Region: www.tegernsee-spitzingsee.de.

 Taubensteinhaus, Taubenstein 1, 83727 Schliersee, Hütte des DAV, Tel.: 08026/7070, www.taubensteinhaus.de, Übernachtung im Lager ab 6 Euro, Zimmer ab 9 Euro, Frühstück 7,50 Euro.

 Munter, Werner: 3x3 Lawinen, Bergverlag Rother, München, 4. Auflage, 2009, ISBN 978-3-00-010520-3, 29,90 Euro.

Duner, Günter und Römer, Alexander: Lawinen Know-How, AM-Berg-Verlag, 3. Auflage, 2010, ISBN-10: 3981347102, 9,95 Euro.