

Januar 2010

Sicherheitstipp

Schneeschuulaufen – Wintervergnügen im Trend

Schneeschuwandern ist gesund und birgt wenig Verletzungsgefahren. Mit Schneeschuhen sinkt man im tiefen Schnee kaum ein und ist somit nicht mehr auf gespurte Wege angewiesen.

Unter Umständen begibt man sich dadurch jedoch in lawinengefährdetes Gebiet. Die bfu-Tipps für eine gelungene und sichere Schneeschuhtour:

- Planen Sie die Tour sorgfältig: Informieren Sie sich über Wetteraussichten, Lawinengefahr und Streckenzustand. Nehmen Sie Rücksicht auf den Lebensraum von Wildtieren.
- Länge und Schwierigkeit der Tour den persönlichen Fähigkeiten anpassen. Planen Sie Umkehrmöglichkeiten und genügend Zeitreserven ein.
- Nur gut ausgerüstet loslaufen, das heisst: genug Proviant und heisse Getränke, stabile Wanderschuhe mit guter Profilsohle, Gamaschen, wetterfeste Kleidung, Sonnenschutz, Handy, Erste-Hilfe-Kit.
- Ziehen Sie nie alleine los.
- Schliessen Sie sich einer geführten Gruppe an, lassen Sie sich ausbilden oder wählen Sie markierte und geöffnete Schneeschuhrouten.
- In lawinengefährdetem Gelände ausserhalb von markierten und geöffneten Schneeschuhrouten Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS), Schaufel und Sonde mitführen.
- Im Winter ist die Orientierung erschwert. Deshalb individuelle Touren nur mit Karte und Kompass oder GPS angehen.



© Engelberg-Titlis;
Photo: Christian Perret

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung
Abteilung Schulung
CH-3011 Bern
Tel. +41 31 390 22 70
schulung@bfu.ch
www.bfu.ch