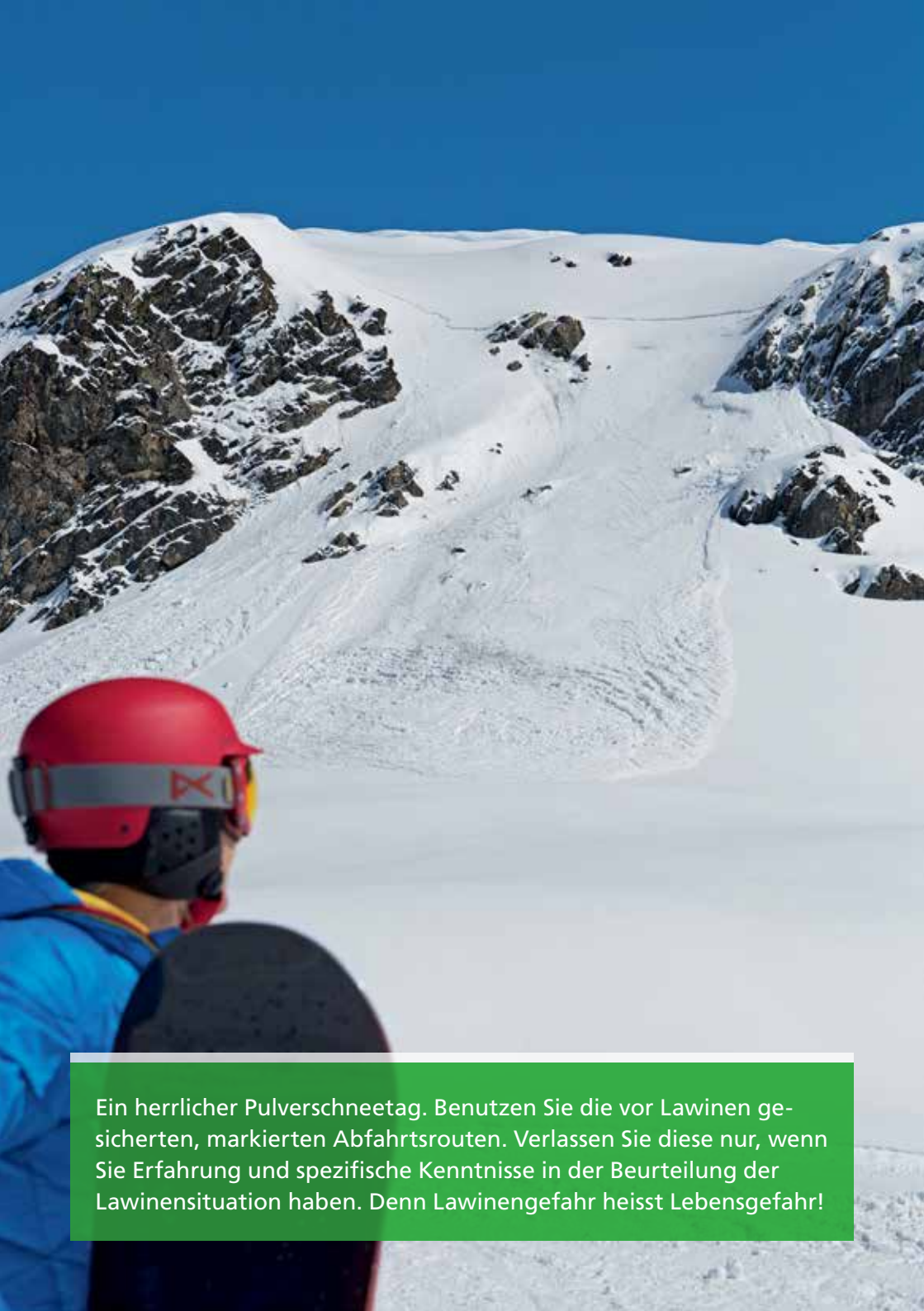
Abseits der Piste

Mehr Sicherheit beim Tiefschneefahren

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung



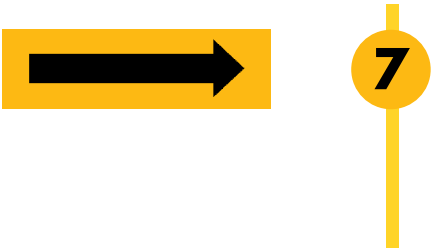
Ein herrlicher Pulverschneetag. Benutzen Sie die vor Lawinen gesicherten, markierten Abfahrtsrouten. Verlassen Sie diese nur, wenn Sie Erfahrung und spezifische Kenntnisse in der Beurteilung der Lawinensituation haben. Denn Lawinengefahr heisst Lebensgefahr!

Ab in den Tiefschnee

Immer mehr Skifahrerinnen und Snowboarder suchen das Vergnügen abseits der präparierten Pisten. Fahren im Tiefschnee macht Spass und ist dank dafür entwickeltem Material einfacher geworden. **Beim Freeriden abseits der gesicherten Abfahrten**, auch **Variantenfahren** genannt, drohen jedoch Absturz- und Lawinengefahr. Durchschnittlich verunglücken in der Schweiz 12 Freerider pro Jahr tödlich, 6 davon aufgrund von Lawinen. Unter Berücksichtigung der folgenden allgemeinen Tipps fahren Sie abseits der Piste mit kleinem Risiko.

Lawinensicher Tiefschnee fahren

Geöffnete, gelb markierte Abfahrtsrouten eignen sich gut für lawinensichere Tiefschneeabfahrten. Sie werden vom Pistendienst vor Lawinen gesichert, jedoch weder präpariert noch kontrolliert. Sie sind deshalb vorwiegend für geübte Benutzer bestimmt.



Auch auf markierten Abfahrtsrouten empfehlen wir:

- Besuchen Sie einen Kurs, um Ihre Tiefschneetechnik zu verbessern.
- Fahren Sie nicht allein.
- Nehmen Sie ein geladenes Mobiltelefon mit.
- Tragen Sie einen Helm – es könnten z. B. Steine in der Schneedecke versteckt sein.
- Folgen Sie nicht blindlings fremden Spuren, die in unbekanntes Gelände führen.
- Seien Sie bei schlechter Sicht besonders vorsichtig.

Abseits der gesicherten Pisten und Abfahrtsrouten – auch schon wenige Meter daneben – ist «freies Gelände». Hier sind Sie eigenverantwortlich unterwegs und müssen die Absturz- und Lawinengefahr selbst beurteilen.

Die Lawinengefahr beim Freeriden

Beim Freeriden/Variantenfahren abseits der gesicherten Abfahrten droht Lawinen- und damit Lebensgefahr. Durchschnittlich sterben jährlich 6 Freerider in Lawinen, die meisten haben «ihre» Lawine selbst ausgelöst. Das Lawinenrisiko einzuschätzen ist schwierig. Ohne Kenntnisse und Erfahrung in der Beurteilung der Lawinensituation setzen Sie Ihr Leben und das von anderen aufs Spiel, wenn Sie in lawinengefährdetem Gelände auf eigene Faust unterwegs sind.

Risikofaktoren

Das Risiko, eine Lawine auszulösen, ist abhängig von den aktuellen Verhältnissen, vom Gelände und vom eigenen Verhalten.

Verhältnisse

Die Lawinengefahr steigt vor allem dann,

- wenn es schneit oder regnet.
- wenn es windet. Dann wird Schnee verfrachtet und im Windschatten als «Triebschnee» abgelagert.
- wenn es deutlich wärmer wird oder bei starker Sonneneinstrahlung, z. B. an schönen Frühlingstagen.

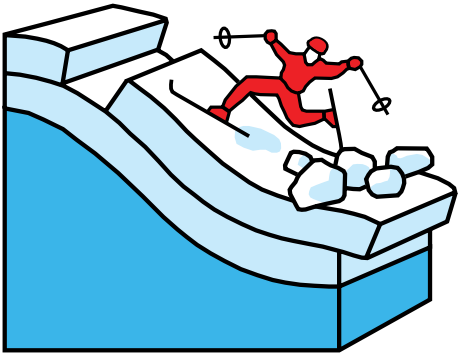
Die Lawinensituation kann über mehrere Tage oder sogar Wochen kritisch bleiben.

Gelände

Lawinen können ab einer Neigung von etwa 30° abgehen. Je steiler der Hang, desto gefährlicher ist er. Lawinenhänge sind meist schattig. Sie liegen oft in der Nähe von Kämmen oder hinter Geländekanten und sind mit Triebschnee beladen.

Mensch

Die meisten Unfalllawinen werden durch die Wintersportler selbst ausgelöst. Durch Ihr Verhalten können Sie Ihr Lawinenrisiko massiv erhöhen oder reduzieren. Wählen Sie eine Abfahrt mit kleinem Lawinenrisiko und beachten Sie zudem einige Sicherheitsempfehlungen.



Am gefährlichsten sind Schneebrettlawinen. Dabei gleitet eine ganze Schneetafel innert Sekunden ab.

Informationen zur Lawinengefahr

Lawinenbulletin

Das WSL-Institut für Schnee- und Lawinenforschung SLF veröffentlicht im Winter täglich um 8 und um 17 Uhr das Lawinenbulletin. Es schätzt die Lawinengefahr mit der europaweit verwendeten, fünfstufigen Gefahrenskala ein. Zudem wird die Gefahr genauer beschrieben und es werden Verhaltensempfehlungen abgegeben. Das Lawinenbulletin ist eine Prognose: Je kurzfristiger Sie es konsultieren, desto genauer trifft es zu. Sie finden es auf:

- **www.slf.ch**
- App **«White Risk»** (gratis, iPhone und Android)

Lawinengefahrenskala mit Empfehlungen

1 gering	**Günstige Lawinensituation** Lawinen können nur an vereinzelten Stellen ausgelöst werden. Befahren Sie extreme Hänge einzeln. Meiden Sie frische Triebschneeansammlungen in den extremsten Hangpartien und beachten Sie die Absturzgefahr.
2 mässig	**Mehrheitlich günstige Lawinensituation** Wählen Sie Ihre Route vorsichtig. Meiden Sie extreme Hänge der im Lawinenbulletin angegebenen Exposition und Höhenlage sowie frische Triebschneeansammlungen. Vor allem dort könnten Sie eine Lawine auslösen. Befahren Sie schattige Steilhänge einzeln.
3 erheblich	**Kritische Lawinensituation** Einzelne Wintersportler können Lawinen auslösen, manchmal sind spontane Lawinen möglich. Häufig sind Alarmzeichen vorhanden (Lawinen, Rissbildung, Wumm-Geräusche). Eine optimale Routenwahl ist nötig. Meiden Sie Steilhänge der angegebenen Exposition und Höhenlage und beachten Sie die Gefahr von Fernauslösungen. Bleiben Sie ohne spezifische Kenntnisse und Erfahrung auf den geöffneten Abfahrtsrouten und Pisten.
4 gross 5 sehr gross	**Akute Lawinensituation** Spontane Lawinen und Fernauslösungen sind zu erwarten. Fallweise sind exponierte Verkehrswege gesperrt. Bleiben Sie unbedingt auf den geöffneten Abfahrtsrouten und Pisten.

Ist die Lawinengefahr im freien Gelände mindestens «erheblich» (Stufe 3), so warnt Sie diese Tafel und die Warnlampen blinken.

Lawinenrisiko reduzieren

Das Risiko, eine Lawine auszulösen, steigt mit der Gefahrenstufe und der Steilheit des Hangs. Je höher die Lawinengefahr ist, desto flachere Hänge sollten Sie wählen. Bedenken Sie, dass sich die Verhältnisse rasch ändern können. Das Wetter kann sich verschlechtern, der Wind gefährlichen Triebschnee bilden und Spuren verwischen. Schönes Wetter und wenig Schnee schliessen Lawinengefahr nicht aus. Und auch bestehende Spuren garantieren nicht für Sicherheit. Viele Faktoren müssen berücksichtigt werden.

Um das Lawinenrisiko reduzieren zu können, benötigen Sie spezifische Kenntnisse (z. B. für das Verständnis der Hinweise im Lawinenbulletin) und Erfahrung. Dies gilt bereits bei geringer Lawinengefahr (Gefahrenstufe 1). Bauen Sie Sicherheitsreserven ein und wählen Sie Routen, wo das Lawinenrisiko klein ist. Je höher die Gefahrenstufe, desto mehr werden die Handlungsmöglichkeiten eingeschränkt.

Das Risiko darf nicht unterschätzt werden. Bereits bei Gefahrenstufe 3 ist die Situation abseits der gesicherten Abfahrten heikel. Zwei Drittel der Lawinenopfer unter den Freeridern sterben bei dieser Gefahrenstufe. Bleiben Sie deshalb im Zweifelsfall und wenn Sie wenig Kenntnisse und Erfahrung haben auf den geöffneten Abfahrtsrouten, spätestens aber ab Gefahrenstufe 3. Oder schliessen Sie sich einer lawinenkundigen Leitung an.

- Besuchen Sie einen **Lawinenkurs**; viele Bergführer und Organisationen bieten solche an. Ergänzen Sie Ihre Kenntnisse durch Lawinenkunde-Bücher oder mit der interaktiven Plattform **www.whiterisk.ch**. Sammeln Sie Erfahrungen unter lawinenkundiger Leitung.

- **Informieren Sie sich** immer über die aktuellen Verhältnisse und berücksichtigen Sie die Empfehlungen im Lawinenbulletin. Wählen Sie eine Route mit kleinem Risiko.

- Als **Notfallausrüstung** gehören LVS (Lawinenverschütteten-Suchgerät), Sonde und Schaufel standardmässig dazu. Machen Sie sich mit deren Handhabung vertraut. Ein Lawinenairbag ist empfehlenswert. Die Notfallausrüstung bietet keinen Schutz vor Lawinen, kann aber im Notfall die Überlebenschance erhöhen.

Verhalten bei Lawinenunfall

Nur die Hälfte der ganz verschütteten Personen überlebt einen Lawinenunfall. Die Chance, lebend gefunden zu werden, nimmt bereits nach 15 Minuten drastisch ab. Jede Minute zählt! Üben Sie die Rettung. Handeln Sie bei einem Lawinenabgang wie folgt:

- Lösen Sie, falls vorhanden, den Lawinenairbag aus.
- Versuchen Sie, aus der Lawine hinauszufahren, bzw. beobachten Sie die Personen, die von der Lawine mitgerissen werden.
- Wurden Personen erfasst: Verschaffen Sie sich Übersicht, überlegen und handeln Sie, ohne Ihre Sicherheit zu gefährden.
- Falls ohne allzu grossen Zeitverlust möglich, alarmieren Sie
  - Rega: 1414 oder mit der Rega-App
  - Wallis: 144 KWRO
  - wenn das nicht klappt: internationale Notrufnummer 112 (alle Handynetze)
- Beginnen Sie sofort mit der LVS-Suche (nicht benötigte LVS ausschalten). Suchen Sie gleichzeitig den Lawinenkegel auch mit Augen und Ohren ab und achten Sie auf Ausrüstungsgegenstände. Diese sind oft nahe bei den Opfern.
- Schaufeln Sie Verschüttete sofort frei und beginnen Sie mit lebensrettenden Sofortmassnahmen.
- Stellen Sie nach Abschluss der Suche alle LVS wieder auf «senden».

Die 3 wichtigsten Tipps

bfu

- Benützen Sie zum Tiefschneefahren geöffnete, gelb markierte Abfahrtsrouten.
- Wenn Sie die gesicherten Abfahrten verlassen wollen: Besuchen Sie einen Lawinenkurs, informieren Sie sich über die aktuellen Verhältnisse und nehmen Sie die Notfallausrüstung mit.
- Bleiben Sie spätestens ab Gefahrenstufe 3 auf den gesicherten Abfahrten, wenn Sie nicht genügend Kenntnisse und Erfahrung haben.

Sicher leben: Ihre bfu.

3.028.01 – 10.2015

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Als Schweizer Kompetenzzentrum für Unfallprävention forscht sie in den Bereichen Strassenverkehr, Sport sowie Haus und Freizeit und gibt ihr Wissen durch Beratungen, Ausbildungen und Kommunikation an Privatpersonen und Fachkreise weiter. Mehr über Unfallprävention auf www.bfu.ch.

www.socialmedia.bfu.ch

Weitere Informationen
Wir empfehlen Ihnen ausserdem folgende Broschüren:

• Achtung Lawinen!
(direkt beim SLF erhältlich;
www.slf.ch › Dienstleistungen › Merkblätter)

3.001 Schlitteln
3.002 Skifahren und Snowboarden
3.009 Baden
3.010 Bergwandern
3.018 Radfahren
3.020 Mountainbiking
3.086 Tauchen in den Ferien
3.121 E-Bikes
3.143 Sicher stehen – sicher gehen
3.144 Tauchen in der Schweiz
3.166 Skitouren
3.167 Schneeschuhlaufen

Diese Broschüren oder Publikationen zu anderen Themen können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen: www.bfu.ch.

Bilder: Marc Weiler (S. 1 und 3)

© bfu 2015, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht; gedruckt auf FSC-Papier

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung, Postfach, CH-3001 Bern
Tel. +41 31 390 22 22, Fax +41 31 390 22 30, info@bfu.ch, www.bfu.ch