



SICHERHEIT & LAWINEN

**INFORMATIONEN
FÜR DEN TEILNEHMER**

A Ziele

- Die eigene Ausrüstung kennen
- Das Lawinenbulletin verstehen
- Wissen, wie das eigene LVS getragen wird und wie es funktioniert
- Für die Hauptgefahren im Winter sensibilisiert sein (Lawinen, Kälte, Wettergefahren, Wächten, Orientierungsverlust, Stürze...)
- In die 3x3-Methode eingeführt sein
- Die 4 typischen Lawinensituationen kennen und folgende Frage beantworten können: "Was ist heute die Hauptgefahr?"
- Die generellen Massnahmen zur Risikoreduktion verstehen ("Safer Six")
- Eine einfache Rettung durchführen können

B Voraussetzungen

Keine Voraussetzungen

C Ausrüstung

- Warme Kleidung
- Komplette Schneesportausrüstung
- Rucksack (eventuell Lawinen-Airbag)
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS, 3 Antennen + Markierungsfunktion), Sonde, Schaufel
- Papier, Bleistift
- Je nach Programm: kleiner Snack und heisses Getränk

D Standortbestimmung

Das Ziel dieses kurzen Fragebogens (Beantwortung mündlich oder schriftlich) ist der Einstieg in den Lernprozess für dieses Modul. Er ist persönlich und dient der Evaluation der Ausgangskenntnisse.

Stelle sicher, dass Du diese Fragen am Ende des Moduls problemlos beantworten kannst.

1. Wer bist Du und welche Erwartungen hast Du?
2. Welche Sicherheitsausrüstung nimmst Du auf eine Tour im Winter mit?
3. Was weisst Du über die heutige Lawinengefahr?
4. Welchen Gefahren setzt Du Dich ausserhalb des gesicherten Geländes aus?
5. Was machst Du bei einem Lawinenunfall?

E Zertifizierung

Nach Abschluss Deiner Ausbildung erhältst Du ein Ausbildungszertifikat (in "Kreditkartenformat").

Deine Ausbildungsbiographie wird online gepflegt und ist einsehbar über die Webseite:
www.4000plus.ch/swissmountaintraining.

Achtung: Beim Bergsport kannst Du erheblichen Risiken ausgesetzt sein. Wir empfehlen Dir den Abschluss einer Unfallversicherung einschliesslich Bergrettung.

Die Ausbildung, die Du absolviert hast, entspricht den Qualitätsstandards der Schweizer Bergführer. Diese Zertifizierung bildet eine Etappe auf Deinem Ausbildungsweg und ist eine Einladung, die erworbenen Kenntnisse stetig zu perfektionieren.

Höre jetzt nicht mittendrin auf, sondern vertiefe Deine Kenntnisse vor der Anmeldung zur nächsten Stufe dank der Webseite www.whiterisk.ch ("Explore", Kapitel "Basics", gratis).

Wir danken Dir für Deine Teilnahme und wünschen Dir grossartige und unfallfreie Augenblicke in den Bergen.



