

Modul Abseilen

Dauer	3h
Ziele	<p>Die TN...</p> <ul style="list-style-type: none"> • können die zum Abseilen benötigten Knoten anwenden und wissen, wie sie Karabiner dafür einsetzen müssen (gemäss J+S Merkblatt Seiltechnik). • können mit anderen Leitern zusammen eine Abseilstelle nach dem J+S-Merkblatt Seiltechnik einrichten und berichten. • können mit Klettergurt, Sicherungsseil und Karabiner eine einfache Personensicherung errichten (gemäss J+S Merkblatt Seiltechnik). • wissen, welche sicherheitsrelevanten Aspekte beim Erstellen und Betrieb einer Abseilstelle zu beachten sind.
Inhalte	<p>Abseilstelle einrichten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Redundante Sicherungssystem • Auswahl einer geeigneten Stelle • Achter, Halbmastwurf • Verwendung von Abseilachter • Vieraugen-Prinzip <p>Sicherheit beim Betreiben einer Abseilstelle:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anlegen von Klettergurt • Sichern einer sich abseilenden Person • Einstieg und Ausstiegsstelle <p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrekter Umgang mit Seilmaterial (Benützung, Lagerung, Reinigung) • Seilset der Pfadi Aargau und Solothurn kennen (optional)
Hinweise zur Vorbereitung	<p>Dieser Block birgt verschiedene Risiken durch Abstürzen, Einklemmen von Fingern oder durch lose, herunterfallende Steine. Daher ist es wichtig, dass du als Modulleiter*in erstens bei der Technik (Knoten, Einsatz des Materials), dem Ablauf (was wird wann und von wem aufgebaut) und bei der Organisation (wer ist wo und wie müssen wir uns verhalten) sicher bist. Übe deshalb das Aufbauen und den Betrieb einer Abseilstelle vor der Moduldurchführung an einem ungefährlichen Ort und sprich dich dabei mit deinen Mitleitenden ab. So kennt ihr schon alle Handgriffe, könnt Fehler bei den Knoten der Teilnehmenden besser erkennen und könnt euch auf die Wissensvermittlung konzentrieren.</p> <p>Gute Hilfsmittel für dich als Leiter*in sind: Seiltechnikmerkblatt von J+S</p>
Anlaufstellen	<p>Du darfst dich gerne an die Ausbildungsteams (AUSO und AKUT) wenden, wenn du Fragen zur Technik hast oder dich mit einer erfahrenen Person zum Modulinhalt austauschen möchtest.</p>

Zeit	Programm
XX.00 20'	<p>Blockziele und -inhalte werden bekannt gegeben: selbst eine Abseilstelle suchen, eine Abseilstelle einrichten und betreiben, Auswertung.</p> <p>Zwei ausgeglichene Gruppen bilden (im Abseilen erfahrene TN gleichmässig verteilen). Der gesamte Block findet getrennt in den zwei Gruppen statt.</p>

	<p>Erste Checks/Infos in den Gruppen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schuhwerk und Ausrüstung der TN kontrollieren - "Stopp"-Regel erklären. Es besteht keine Pflicht für das Bestehen des Moduls (freiwillig)! - Material in diesem Block von kantonalen Seilsets (Abseilset in einer Gruppe, Kombiset in anderer Gruppe). <p>-> Wenn man Material ausleiht, und auch sonst, muss es vor dem Gebrauch immer von Auge und von Hand auf schadhafte Stellen geprüft werden (Kern und Mantel der Seile müssen intakt sein).</p> <p>Material auf TN verteilen (Gstältli anziehen, ...). Währenddessen ertasten die Blockleiter, wer wie viel Erfahrung mit Abseilen hat und was TN bereits gemacht haben (ausserhalb Pfadi abgeseilt? in der Pfadi abgeseilt? in der Pfadi ein Abseilen mit Pfadis durchgeführt? ...).</p> <p>Wir gehen zu einem Ort mit Blick in die Felswand.</p>
XX:20 10'	<p>Blockleiter zeigen eine Stelle, bei der abgeseilt werden soll. Frage ins Plenum: Auf was muss man eigentlich achten, um eine mögliche Abseilstelle zu beurteilen? (Punkte werden gesammelt und an der beschriebenen Stelle beurteilt)</p>
XX:30 30'	<p>Jeder TN erhält ein Abseilspick. Die vorher nicht angesprochenen Punkte werden an der beschriebenen Stelle beurteilt.</p> <p>Wir gehen unterhalb der Wand entlang der Wand weiter. Dabei beurteilt die Gruppe gemeinsam, ob die Wand/potentiellen Stellen als Abseilstelle geeignet sind oder nicht. Sobald sich die Gruppe für eine Stelle entschieden hat, wird mit den Beurteilungskriterien auf dem Abseilspick kontrolliert, ob alle Punkte beachtet wurden. Punkt 1, 4, 5 und 8 wird von unten noch nicht komplett beantwortbar sein. Die entsprechende Stelle wird also noch von oben beurteilt. Hierbei muss auf folgende Punkte geachtet werden:</p> <p>Es dürfen nur TN direkt oberhalb der Wand entlanglaufen, die mit dem bereits eingerichteten Fixseil gesichert sind. Da nicht alle TN ein Gstältli haben, wird die vorhin ausgewählte Abseilstelle über einen sicheren Weg direkt von oberhalb der Wand angelaufen. Noch im sicheren Bereich wird eine Halbmastwurfsicherung eingerichtet, damit anschliessend ein freiwilliger TN, gesichert die ausgewählte Abseilstelle von oben beurteilen kann.</p> <p>-> Es ist wichtig, dass die Abseilstelle, die verwendet wird, durch einen Gruppenentscheid ausgewählt und nicht durch den Blockleiter vorgeschlagen wird (ev. aufgrund von beschränkten Möglichkeiten für Abseilstellen durch Blockleiter bestimmt).</p> <p>Beurteilungskriterien für die Wahl einer geeigneten Abseilstelle:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gefahren von oben (lose Steine, Äste)? Wenn ja, entfernbar? • Wand geeignet für TN (Länge, Neigung, Kanten, Felsoberfläche)? • Felsbeschaffenheit (Qualität von Gestein, Abbruchgefahren in der Wand)? • Geeignete Bäume zur Seilbefestigung (Baumdicke, Stabilität, Blick in die Wand)? • Schonende Seillegung möglich (keine scharfen Felskanten)? • Unterhalb Wand schnelle Entfernung möglich (bei Abrutschgefahr Fixseil installieren)? • Ist der Weg hinauf sicher (bei Abrutschgefahr Fixseile installieren)? • Möglichkeit für ungefährlichen Wartebereich?
X1:00 15'	<p>Der weitere Ablauf des Blocks wird kurz erläutert: Knöpfe erlernen und beherrschen, Einrichten der Abseilstelle üben, Abseilstelle einrichten, Abseilstelle betreiben, Abseilstelle abbauen, Auswertung.</p> <p>Wichtige Infos zur Materialpflege: Da wir in diesem Block mit vielen Seilen arbeiten werden, muss besonders gut darauf geachtet werden, dass nicht auf die Seile sowie das andere</p>

	<p>Material getreten wird. Ebenfalls kein Material über den Boden oder entlang der Felswand ziehen.</p> <p>Um eine Abseilstelle einzurichten und zu betreiben, müssen zwei Knöpfe beherrscht werden, die nun geübt werden. Diejenigen TN, welche die Knöpfe schon können, unterstützen die anderen, bis alle Gruppenmitglieder die beiden Knöpfe ohne Abseilspick beherrschen.</p>
X1:15 30'	<p>Das Einrichten einer Abseilstelle wird durch die Blockleitung schrittweise vorgezeigt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Seil 1 mit gestecktem Achter und Baumschutz um den Baum. 2. Bandschlinge mit Karabiner als Selbstsicherung bei Schlinge von Seil 1 einhängen. 3. Seil 2 mit gestecktem Achter und Baumschutz um den Baum (unterhalb von Seil 1). Achter am Ende des Seil 2. 4. HMS-Karabiner bei Schlinge von Seil 1 einhängen und mit Seil 1 Halbmastwurf machen. <p>-> Die Blockleiter kontrollieren die Vorgehensweisen der TN und helfen nach wo nötig. Wenn die jeweiligen Gruppen fertig sind, rufen sie einen Blockleiter, welcher die Installation nochmals kontrolliert.</p> <p>Abseilstelle wird von 2 freiwilligen TN eingerichtet (zu zweit, damit das 4-Augenprinzip eingehalten wird -> einer macht, einer kontrolliert). Zusätzlich kontrolliert auch noch ein Blockleiter (hier im Kurs haben wir also sogar ein 6-Augenprinzip, da wir in der Ausbildung sind). Folgende Punkte müssen beim Einrichten einer Abseilstelle besonders beachtet werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ständig gesichert sein - ruhiges und konzentriertes Arbeitsverhalten - dem Material Sorge tragen - bei Unwohlsein, sofort melden <p>Den anderen TN werden mündlich Beobachtungsaufträge erteilt, damit sie aktiv beim Einrichten dabei sind. Sie sollen diese wenn nötig während dem Einrichten einbringen (ev. 2. Punkt nicht):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sind die 2 einrichtenden TN ständig gesichert? 2. Wie ist das Arbeitsverhalten (ruhig, hektisch)? 3. Wird sorgfältig mit dem Material umgegangen (Kanten, draufstehen, Dreck, ...)? <p>Weil man beim Errichten der ersten Schlinge um den Abseilbaum noch nicht gesichert ist, installiert die Blockleitung mit einer Bandschlinge eine Halbmastwurfsicherung von einem weiter oben gelegenen Baum im sicheren Bereich (Blockleitung sichert). Erst wenn die erste Schlinge steht und die einrichtenden TN daran gesichert sind, können sie sich von der Halbmastwurfsicherung lösen.</p> <p>Nach dem Einrichten werden die Beobachtungsaufträge nochmals mit allen angesprochen. Zu Punkt 2: bei hektischer Arbeitsweise besteht die Gefahr, etwas zu vergessen und unsorgfältig zu arbeiten, was ein Sicherheitsrisiko darstellt.</p>
X1:45 15'	<p>Abseiltechnik und Sichern üben:</p> <p>Die Blockleiter zeigen und erläutern die folgenden Punkte zur abseilenden und sichernden Person an der Halbmastwurfsicherung der vorigen Phase (erfahrene TN können als abseilende oder sichernde Person beim Vorzeigen eingesetzt werden).</p> <p>Abseilende Person:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bremsbewegung: Distanz von Händen zu Abseilachter bewahren. Mindestens eine Hand umfasst immer das Seil. Bremswirkung je nach Seilwinkel. Ausruhpotion. - Schulterbreiter Stand, leicht in den Knien. - Senkrechte Haltung zu Seil/Felswand (besonders schwierig bei Kanten -> auf Baumstrunkante üben) <p>Sichernde Person:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hände immer am Seil! Beim Nachgreifen: mit umfassenden Handbewegung nach Seil greifen.

	<ul style="list-style-type: none"> - Für die sichernde Person spielt es eine Rolle, wie schnell die abseilende Person abseilt. Deshalb ist der Blockinhalt sehr wichtig. Seil von sichernden Person soll nicht gespannt sein, aber auch nicht zu schlaff. - Bevor es losgeht, muss das Seil schön zum abwickeln bereit liegen (keine Knöpfe). Während dem Abseilen darf die sichernde Person auf keinen Fall auf das ausgelegte Seil stehen. <p>In 2er-Gruppen und im sicheren Gelände werden an Halbmastwurfsicherungen beide Positionen ausprobiert (dazu müssen 2 weitere Halbmastwurfsicherungen im sicheren Gelände mit einer Bandschlinge eingerichtet werden, sofern die vorhin im sicheren Gelände eingerichteten Abseilstellen nicht mehr bestehen).</p> <p>Sobald die erste Gruppe fertig ist, gehen sie an die richtige Abseilstelle und bereiten sich vor (noch nicht abseilen!).</p>
X2:00 50'	<p>Bevor die Abseilstelle in Betrieb genommen wird, werden die Punkte "Betrieb/Sicherheit" des Seiltechnik-Merkblattes durchgegangen (stehen auch auf dem Abseilspick):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die abseilende Person muss einen Helm tragen. - Die sichernde Person sollte Blick- und Hörkontakt zur abseilenden Person haben. - Die sichernde Person ist mit einer Selbstsicherung oben gesichert. - Ist die abseilende Person unten angelangt, braucht es nach dem Aushängen ein klares Kommando zur sichernden Person (z.B. "Seil frei"). - Am Ende der Abseilstelle muss das Terrain ungefährlich sein oder es muss ein Fixseil eingerichtet werden. - Am Ende der Abseilstelle soll sich keine weitere Person aufhalten (Steinschlaggefahr!). <p>Zusätzlich wird nochmals auf das 4-Augenprinzip hingewiesen. Dies gilt besonders bei den Knöpfen, die jeweils wieder neu gemacht werden müssen. Auch zu kontrollieren sind die korrekte Tragweise des Gstältli und des Helms.</p> <p>Abseilen und Sichern im Turnus.</p> <p>-> Wenn möglich jeder TN einmal sichernde und einmal abseilende Person. -> Während gesamter Phase setzt die Blockleitung das 6-Augenprinzip um.</p> <p>Abbauen und Aufräumen</p> <p>Unter Einhaltung der Sicherheitsbestimmungen (siehe obige Punkte beim Einrichten einer Abseilstelle) wird die Abseilstelle wieder abgeräumt und das Material korrekt in der Abseiltasche/dem Seilset verräumt. Die Blockleiter sprechen die wichtigen Punkte zum Reinigen und Lagern des Materials an: Reinigen -> Nach dem Gebrauch von Auge und von Hand auf schadhafte Stellen prüfen (Kern und Mantel der Seile müssen intakt sein). Zum Trocknen in zirkulierender Luft und vor Sonnenlicht geschützt aufhängen, anschliessend bürsten.; Lagern -> trocken, sauber aufgerollt und in Seiltasche/im Seilset</p>
X2:50 10'	<p>Abschliessen/Auswerten und unsere Haltung zur Leitung von Abseil-Aktivitäten kommunizieren (Erfahrung vs. Ausbildung).</p> <p>Transferüberlegungen machen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wie könnte ein Abseilen in den verschiedenen Stufen aussehen? Was müsste im Vergleich zum erlebten Block angepasst werden? - Wo gibt es zusätzliche Schwierigkeiten mit Wölfen/Pfadis/Pios(/z.T. auch Rover)? <p>-> Sie sind z.T. nicht gleich konzentriert wie Leiter in diesem Kurs -> Es muss auf "IMMER GESICHERT" geachtet werden. 4-Augenprinzip!</p> <p>-> z.T. haben sie mehr Angst -> Niemand soll gezwungen werden (Achtung: Gruppendruck).</p> <p>-> Das ganze braucht viel mehr Zeit und mehr Betreuungspersonen, da sie die Knöpfe gar nicht bis nicht perfekt beherrschen und alle Phasen etwas länger dauern (grundsätzlich alle Faktoren umso ausgeprägter, je jünger die TN sind). -> genug Zeit einplanen, genug erfahrene Leiter</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ab wann kann man Abseil-Aktivitäten leiten (planen, durchführen, auswerten)?
x3:00	Rückkehr zu Lagerhaus

Material

- Abseilset
- Übungsseile
- Apotheke

Vorbereitungen

- Apotheke einpacken
- allenfalls Fixseile installieren
- Umlenkmarkierung für den Weg nach oben
- Halbmastwurfsicherungen oberhalb der Abseilstellen vorbereiten
- Seil Beispiel-Abseilstelle hinlegen

Halbmastwurf



Seilverlauf durch Abseilachter (rechte Hand)

