

Lehrplan/ Curriculum „Grundkurs Schneeschuhbergsteigen“

1. Lernziele des Kurses

- Befähigung zur eigenverantwortlichen Planung und Durchführung leichter Schneeschuhtouren in unvergletscherterem Gelände.
- Anwendung der probabilistischen Lawinenkunde und Kennenlernen der lawinenbildenden Faktoren in der Praxis.
- Sensibilisierung gegenüber den winterspezifischen alpinen Gefahren.
- Fähigkeit, einfache Methoden der strategischen Lawinenkunde/ des strategischen Risikomanagements anzuwenden ((J)DAV Mantra).
- Kennen lernen ökologisch sensibler Bereiche in der winterlichen Berglandschaft.

2. Teilnahmevoraussetzungen

- Kondition für Schneeschuhtouren zwischen 600hm – 1000 hm
- LVS-Kurs (verpflichtend)

3. Dauer des Kurses

- 9 ½ Std. Theorie und 8 Std. Praxis, möglich an 1 Theorieabend und 2,5 Praxistagen oder an 3,5 Praxistagen ohne Theorieabend.
- Möglich in Kombination mit Schneeschuhbergsteigen II (für Fortgeschrittene) und/oder LVS Kurs

4. Max. TN Zahl

12 Teilnehmer

5. Trainer/ TN Schlüssel

1/6

6. Mögliche Kursorte

- Schwarzwasser-Hütte
- OeAV-Haus in Obernberg
- Mahdtal-Haus

7. Lehrplan/ Curriculum

Themen/Inhalte	Lernziele	Lehraufgabe	Detailbeschreibung	UE Theorie	UE Praxis
Ausrüstungskunde Schneeschuh- touren	<ul style="list-style-type: none"> Die Teilnehmenden kennen die Ausrüstungsgegenstände im Bereich Schneeschuhtouren Die Teilnehmenden wissen über Funktion und Wartung der Tourenausrüstung bescheid 	<ul style="list-style-type: none"> Richtiger Umgang und erforderliche Wartung der spezifischen Ausrüstung 	<ul style="list-style-type: none"> Tourenausrüstung (Schneeschuhe, Rucksack, Gamaschen, Stöcke, Kleidung, ...) Richtige Bedienung der Tourenausrüstung (Ersatzteile, ...) Wartung und Kontrolle der Tourenausrüstung. Großer und kleiner VS-Check 	½ Std.	½ Std.
Schneekunde	<ul style="list-style-type: none"> Der Teilnehmer kennt verschiedene Schneearten 	<ul style="list-style-type: none"> Erklärung Schneearten 	<ul style="list-style-type: none"> Schnee-Arten 	¼ Std.	--
Lawinenarten	<ul style="list-style-type: none"> Der Teilnehmer kennt die verschiedenen Lawinenarten und deren Bedeutung für den Wintersportler 	<ul style="list-style-type: none"> Vermittlung der unterschiedlichen Lawinenarten 	<ul style="list-style-type: none"> Lockerschneelawinen und Schneebrettlawinen, jeweils trocken und feucht. Staublawinen, Gleitschnee Bedingungen für Schneebrettlawinen: Gleitschicht, gebundener Schnee, genügend Hangsteilheit 	¼ Std.	¼ Std.
Lawinenfaktoren	<ul style="list-style-type: none"> Teilnehmer kennt die entscheidenden Einflussfaktoren für die Lawinensituation 	<ul style="list-style-type: none"> Darstellung der Zusammenhänge zwischen den grundlegenden Faktoren Wetter, Gelände, Schneedecke und Mensch mit dem Lawinenrisiko 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Verhältnisse:</u> Lawinenfaktor Wetter (Niederschlag, Temperatur, Wind) <u>Gelände:</u> Lawinenfaktor Gelände (Hangform, Hangsteilheit, Exposition) Lawinenfaktor Schneedecke (Gleitschicht, Hot-Spots,) <u>Mensch:</u> 	½ Std.	--

			Lawinenfaktor Mensch (Zusatz-Belastung, Gruppen-Dynamik, Verhalten im Gelände, Risikofördernde Phänomene)		
Orientierung / Kartenkunde	<ul style="list-style-type: none"> Die Teilnehmer können mit einer Topografischen Karte umgehen und ihren Standort im Gelände bestimmen. 	<ul style="list-style-type: none"> Verstehen der Kartendarstellung Standortbestimmung mittels Höhenmesser und Karte-Gelände- Vergleich 	<ul style="list-style-type: none"> Die Kartenarten, Maßstab und Kartenzeichen (Legende) Darstellung der Höhenlinien und der Zusammenhang zwischen dem Abstand der Höhenlinien und der Steilheit Orientierung anhand des Geländes und der Höhe (Höhenmesser) sowohl theoretisch als auch praktisch Orientierungshilfen (Bussole oder GPS, ...) 	¾ Std.	½ Std.
Tourenplanung	<ul style="list-style-type: none"> Die Teilnehmenden sind in der Lage selbständig leichte Skitouren zu planen 	<ul style="list-style-type: none"> Vermittlung der Grundlagen der Tourenplanung mittels der 3x3 Filtermethode (siehe Faltblatt „Achtung Lawine“). Inhalte des LLB Informationsbeschaffung mittels Karte und Führerliteratur Tourenplanung mit der SnowCard 	<ul style="list-style-type: none"> Durchführung einer Tourenplanung anhand der Kriterien Verhältnisse, Gelände, Mensch Vermittlung der Inhalte des Lawinenlagebericht (Gefahrenskala und Zusatzinformationen inkl. deren Bedeutung für den Tourengesher – Methode Wie? Wo? Was?) Tourenplanung mittels SnowCard – Planung immer mit „ungünstig nach LLB“ um den Eingangswiderstand hoch zu halten. Errechnung Zeitbedarf 	4 Std.	½ Std.
Risikomanagement Lawine ((J)DAV Mantra)	<ul style="list-style-type: none"> Die Teilnehmer sollen zu einer strukturierten und nachvollziehbaren Entscheidung kommen 	<ul style="list-style-type: none"> Lesen und Verstehen des Lawinenlageberichts nach der Methode Wie? Wo? Was? Aufbau und Funktionsweise der Snow Card, Beantwortung der drei Fragen mit der Bestimmung des Risikopotenzials Kennenlernen der 5 Gefahrenmuster 	<ul style="list-style-type: none"> 1) LLB – Wie? Wo? Was? Lesen und verstehen des LLB anhand der Methode Wie? Wo? Was? Wie gefährlich ist es heute? – Gefahrenstufe Wo liegen die Gefahrenstellen? – Höhe, Expedition, Gelände Was ist die Ursache der Gefahr? – Muster 2a) Snow Card Gefahrenstufe, Hangsteilheit mit 	2 Std.	3 ½ Std.

		<ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen der Konsequenzenanalyse 	<p>Einzugsbereichen mittels Planzeiger, Pendelstock, Neigungsmesser, App, ... bestimmen. Differenzierung in günstig /ungünstig anhand der Zusatzinformation des LLB. Benennung des Risikolevels (grün/gelb/rot) und der daraus resultierenden Vorsichtsmaßnahmen. Die Snow Card muss immer benannt werden.</p> <p>2b)Muster Das jeweils vorherrschende Muster (Altschnee, Neuschnee, Tribschnee, Nassschnee, Gleitschnee) erkennen. Nur oberflächlich behandeln. Gefahrenmuster sind Teil des Aufbaukurses</p> <p>3) Konsequenzenanalyse Was ist die Konsequenz einer Lawinenauslösung?</p> <p>4) Entscheidung Go / no go / how to go Auf Vorsichtsmaßnahmen eingehen.</p> <p>Faktor Mensch (Gruppendynamik, Bauch-Gefühl,...)</p>		
Gehtechniken	<ul style="list-style-type: none"> • Die Teilnehmenden können sich ökonomisch und sicher im freien Gelände bewegen • Teilnehmer kennen Möglichkeiten einer risikominimierenden Spuranlage 	<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung der Aufstiegstechnik bei verschiedenen Steilheiten • Vermittlung der Abstiegstechnik bei verschiedenen Steilheiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Kriterien für Routenwahl • Gehtempo • Pausen und Materialdepots • Gehen mit Grödeln/Steigeisen • Aufstieg ohne Schneeschuhe (Tragemöglichkeit am Rucksack,..) • Spuranlage Auf-/Abstieg 	½ Std.	2 ½ Std.

			<ul style="list-style-type: none"> Planung/Taktik Route (Einzelgehen, Sicherheitsabstände, Sammelpunkt, ...) 		
Kampagne „Natürlich auf Tour“	<ul style="list-style-type: none"> Teilnehmer kennt die Bedeutung des umweltgerechten Schneeschuhbergsteigens Teilnehmer kennt die Grundlagen des DAV zum Thema 	<ul style="list-style-type: none"> Vermittlung eines umweltbewussten Verhaltens beim Schneeschuhbergsteigen 	<ul style="list-style-type: none"> Interessenskonflikte beim Wintersport Rechtliche Gegebenheiten DAV-Tipps für naturverträgliche Wintertouren DAV-Projekt „natürlich auf Tour“ Tourenportal der Alpenvereine mit eingetragenen Schutzgebieten 	¼ Std.	¼ Std.
Sonstiges	<ul style="list-style-type: none"> Vermittlung spezieller Themen 		<ul style="list-style-type: none"> DAV-Regeln für das Gehen entlang der Piste LVS Wiederholung 	¼ Std.	--
Praxis	<ul style="list-style-type: none"> Befähigung zur eigenverantwortlichen Planung und Durchführung einer Schneeschuhtour 	<ul style="list-style-type: none"> Die TN sollen möglichst Praxisnah eine Schneeschuhtour durchführen 	<ul style="list-style-type: none"> Die TN sollen möglichst selbstständig eine Tour bzw. teile einer Tour durchführen. Dabei steht der Trainer beratend zur Seite, gibt Tipps und achtet auf die Sicherheit. 		

Möglicher Ablauf Schneeschuhbergsteigen I:

Theorieabend in der Geschäftsstelle (ein Abend):

- Ausrüstung
- Schneekunde
- Lawinenarten
- Einführung in Snowcard

Praxistage auf der Schwarzwasserhütte:

1. Freitag

- Praxis Ausrüstungskunde
- Einführung Tourentechnik/Gehtechnik
- Orientierung / Kartenkunde (Theorie in der Hütte)

2. Samstag

- Risikomanagement Lawine (Anteil LLB mit Wie, Wo, Was)
- Tourentechnik
- Praxis Orientierung
- Snowcard
- Risikomanagement Lawine
- „Natürlich auf Tour“
- Tourenplanung

3. Sonntag

- Tour mit Wiederholung der bisher erarbeiteten Inhalte