



# LEHRPLAN DER KOOPERATIONSPARTNER:INNEN

## Lawinenkurs

### Kursziel

Skitouren unter Berücksichtigung des Lawinenlageberichtes selbständig planen und sicher durchführen können. Richtiges anwenden der Standard-Notfallausrüstung und herausarbeiten eines konkreten Notfallplans für den Ernstfall.

### Kursablauf\*

	<b>1. Tag</b>	<b>2. Tag</b>
Vormittag	<b>Einführung</b> 30min	<b>Tourenplanung</b> drinnen 1h
	<b>Materialkunde I</b> Gelände/drinnen 1h	<b>LLB</b> draußen 30min
	<b>LVS Check</b> Gelände 30min	<b>Spurenanlage und Hangbeurteilungen</b> auf Tour
<b>LVS Suche I</b> Gelände 2h		
	<b>LVS Suche II</b> Gelände 30min	
Nachmittag	<b>Erste Hilfe</b> drinnen 1h	<b>Schnee- und Lawinenkunde</b> auf Tour
	<b>Lawinenszenario</b> Gelände 2h	<b>Orientierung</b> auf Tour
Abend		<b>Heimreise</b> ca. 16 Uhr

\*realer Kursablauf kann Aufgrund von Wetter, Gruppe etc. sehr stark variieren und obliegt der/dem veranstaltenden Bergsportführer:in.

### Kursinhalt

**Einführung** ○ Gruppenvorstellung (Erwartungen, Wünsche/Ängste) ○ Appell Eigenverantwortung  
○ Kursablauf ○ Erfragen etwaiger medizinischer/persönlicher Besonderheiten

**Materialkunde I** ○ Kleidung ○ Notfallausrüstung (LVS, Sonde, Schaufel, Erste Hilfe, Biwak, Handy,

Stirnlampe,...)

**LVS Check** ○ Verwendung des Gerätes ○ anlegen des LVS Geräts ○ kleiner Check ○ großer Check

**LVS Suche I** ○ Signalsuche, Grobsuche, Feinsuche ○ Sondieren (=Punktsuche) ○ Sondierübungen  
○ Schaufeltechniken ○ LVS Suche, sondieren und schaufeln zusammenhängen

**LVS Suche II** ○ Mehrfachverschüttung ○ markieren

**Erste Hilfe** ○ Rettungskette ○ Notruf (PIN od. Sperrbildschirm, Kein Netz, Euronotruf 112, Bergretzung 140, Erreichbarkeit-Rückruf) ○ BAK Schema (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf) ○ stabile Seitenlage ○ Patienten in Biwaksack einpacken ○ Hubschrauber (Vorbereitungen, Einweisen, Möglichkeiten und Grenzen)

**Lawinenszenario = Simulation eines Ernstfalles** ○ ev. stoppen => Stress ○ Selbstschutz  
○ Notruf ○ Oberflächensuche ○ LVS Suche ○ Organisation der Gruppe ○ Erste Hilfe ○ Nachbesprechung

**Tourenplanung** ○ Zeitmanagement (300Hm/h, Abfahrt: Aufstieg/3) ○ Wetter, -Touren- und LLB Informationen recherchieren ○ Gruppe ○ Ausrüstung

**LLB** ○ gemeinsam durchlesen ○ wichtige Begriffe klären (Lawinenwarnstufen, große/kleine Zusatzbelastung, mäßig steil/steil/..., Tribschnee,...)

**Spurenanlage** ○ möglichst gleichmäßig ○ das Gelände ausnutzen ○ Lawineneinzug und Absturz berücksichtigen ○ möglichst wenig Spitzkehren/Kurven ○ Abstände und Standardmaßnahmen

**Hangbeurteilung** ○ Einzelhangbeurteilung ○ jede Entscheidung erklären/begründen ○ Steilheit schätzen ○ Lawinenwarnstufe/ Sicht, Gefahren-/Windzeichen/ Gruppe/ Zeit

**Schnee- und Lawinenkunde** ○ Tribschnee ○ Entstehung eines Schneebretts ○ Gefahren- und Windzeichen ○ Schneeprofil ○ CT - Kompressions Test ○ ECT - Extended Column Test

**Orientierung** ○ Karte- Geländevergleich (öfters im Tagesverlauf) ○ Umgang mit dem Höhenmesser (kalibrieren)/Kompass (Einnorden d. Karte)