



## **Von der Kletterhalle an den Fels - die richtige Kletterausrüstung ist entscheidend** *um Gefahr zu vermeiden*

Sommer ist die beste Zeit zum Klettern Draußen in der Natur. Nachdem viele Menschen den Klettersport im Winter in der Kletterhalle entdeckt haben packen Sie nun ihre Kletterausrüstung um am natürlichen Fels ihre Fähigkeiten zu testen.

Hier sind aber ganz andere Dinge wichtig als beim Hallenklettern. Griffe und Tritte sind nicht farbig und daher nicht so einfach zu finden wie in der Halle. Genau schauen und überlegen ist jetzt die Devise. Beim Klettern in der Natur braucht der Kletterer auch mehr an Kletterausrüstung. Die größte Umstellung ist, dass man eigenen Karabiner mitnehmen muss. Die Haken sind in der Regel schon in der Kletterwand vorhanden. Um Unfälle zu vermeiden ist der Kletterhelm wichtiger Teil der Kletterausrüstung. Einen Kletterhelm sollte man sich nicht von einem Freund oder in einem Verein leihen, da man einem Helm nicht unbedingt anmerkt, ob er schon einen Stein abbekommen hat oder gar schon auf den Boden gefallen ist.

Anders als oft vermutet ist die Kletterbekleidung bei den ersten Versuchen nicht von hoher Bedeutung. Eine Kletterhose sollte schon sein, es kann aber die gleiche Kletterhose verwendet werden wie in der Kletterhalle. Spezielle Kletterhosen für das Outdoorklettern sind robuster als Hosen für die Halle. Die restliche Bekleidung kann aus dem individuellen Kleiderschrank genommen werden und muss nur für Sport im Allgemeinen geeignet sein.

Das Klettern an natürliche Strukturen erfordert Erfahrung, Vorsicht und viel Intuition vom Kletterer. In der Kletterhalle geht es meist nur gerade nach oben, in der freien Natur hingegen oft auch im Zick-Zack von rechts nach links um den leichtesten Weg zu suchen. Der Kletterpartner der die Sicherung am Boden übernimmt muss noch aufmerksamer agieren um bei einem Sturz den vorsteigenden Kletterer weich und angenehm mit dem Kletterseil und dem Sicherungsgerät zu halten. Neben lockeren Griffen und Tritten muss der Kletterer auch auf die richtige Lage des Kletterseils und das korrekte Einhängen der Expressen (spezielle Karabiner welche das Seil mit dem Haken in der Wand verbinden) in die Kletterhaken achten. Wir empfehlen daher unbedingt bei den ersten Versuchen am richtigen Felsen einen routinierten und erfahrenen Kletterer mitzunehmen, der einen in die Kletterausrüstung einweist und auf Fehler hinweist.

### **Pressekontakt**

Vertical Extreme

Herr Michael Huber  
Erlkamer Strasse 2  
83607 Holzkirchen

verticalextrême.de  
kontakt@verticalextrême.de

### **Firmenkontakt**

Vertical Extreme

Herr Michael Huber  
Erlkamer Strasse 2  
83607 Holzkirchen

verticalextrême.de  
kontakt@verticalextrême.de

Verticalextrême ist ein auf Klettern und Bergsteigen spezialisierter Fachhändler mit eigenem Onlineshop. Das Sortiment umfasst Ausrüstung fürs Klettern, Bergsteigen, Skitour- und Schneeschuhgehen, Bouldern, Eisklettern, Slacktlinien sowie Outdoor- und Campingausrüstung wie Schlafsäcke, Gaskocher, Stirnlampen und vieles mehr.

Das Team bietet kompetente Beratung von leidenschaftlichen Bergsportlern und ein durchdachtes Sortiment zu günstigen Preisen.

Anlage: Bild

