
Felsklettern *Kurs 3*

Theorieprüfung → Fragekatalog (inkl. Lösungen)

In Anlehnung an den offiziellen Fragekatalog für die **Theorieprüfung** **Kletterbetreuer*in Breitensport und Trainer*in C** **Leistungssport (LG 1) / DAV**

- Umfang (pro Person):** 10 Fragen – ca. 30min (schriftlich)
→ Pro TN ein Fragebogen mit 10 Fragen, die schriftlich beantwortet werden; ÜL korrigieren direkt und geben Rückmeldung
- Bewertung:** bestanden → min. 70 Prozent von der maximalen Punktzahl
durchgefallen → nächste Theorieprüfung im folgenden Kurs 3 besuchen (Hinweis: wenn Praxisprüfung – Kurs 3 / Tag 3 – *nicht* bestanden wird, dann muss der komplette Kurs 3 wiederholt werden)
- Hinweise zur Bewertung:**
- bei den „multiple Choice“ Fragen, bei denen nur eine Antwort richtig ist, wird immer ein Punkt vergeben. Bei falsch beantworteten Fragen gibt es 0 Punkte
 - bei den „multiple Choice“ Fragen, bei denen mehrere Antworten richtig sind, werden immer 2 Punkte vergeben. Bei falsch beantworteten Fragen gibt es 0 Punkte
 - es gibt **keine** Minuspunkte bei falsch beantworteten Fragen!
 - die Fragen können in der Prüfung inhaltlich abgewandelt sein!
- Zeitpunkt:** Kurs 3 → Tag 2

„multiple choice“ → eine Antwort ist richtig!

1. Welche Aspekte beim Ansprechen von Sicherheitsfehlern sind korrekt? (1 Pkt.)

- a) Direkt den Fehler ansprechen und die entsprechende Person maßregeln. Denn Sportklettern ist eine Risikosportart.
- b) Den gesehenen Fehler im Dialog erarbeiten und gleichzeitig Schulungsmaßnahmen durchführen.
- c) Strukturiere deine Botschaft, kommuniziere auf Augenhöhe und gehe dabei sensibel vor. Keine Person macht absichtlich Fehler.*

„multiple choice“ → mehrere Antworten können richtig sein!

2. Worauf sollte der Stürzende bei einem Vorstiegssturz achten? (2 Pkt.)

- a) Nicht in Expressen greifen*
- b) Ins Seil greifen, um den Körper im Flug zu stabilisieren
- c) Rumpfspannung aufbauen*
- d) Kurz vor Anprall an die Wand Füße und Hände nach vorne nehmen*

„multiple choice“ → eine Antwort ist richtig!

3. Nach wie vielen Normstürzen darf ein Seil frühestens reißen, wenn es die Norm erfüllen soll? (1 Pkt.)

- a) Das Seil muss mind. 3 Normstürze halten.
- b) Das Seil muss mind. 1 Normsturz halten.
- c) Das Seil muss mind. 5 Normstürze halten.*

„multiple choice“ → mehrere Antworten können richtig sein!

4. Welche Aspekte sind beim Topropeklettern zu beachten? (2 Pkt.)

- a) Immer nur ein Seil in der Umlenkung*
- b) Ab einem Gewichtsunterschied von 3 kg in der Seilschaft sind Maßnahmen zu ergreifen.
- c) Toprope in überhängenden Routen nur mit eingehängten Zwischensicherungen*

„multiple choice“ → eine Antwort ist richtig!

5. Du vermittelst Anfängern das Ablassen eines Kletterers beim Toprope-Klettern. Welche vier Punkte sind in diesem Zusammenhang wichtig für den Ablassvorgang (nicht das Bedienen des Sicherungsgerätes). (1 Pkt.)

- a) erst auf Kommando „zu“ ablassen, langsam (nicht zu schnell) und kontrolliert ablassen, ablassende Person sitzt im Hüftgurt, Füße sind auf Hüfthöhe an der Wand und es wird die Wand runtergelaufen
- b) erst auf Kommando "ab" ablassen, zügig ablassen (damit die Route schnell frei wird), ablassende Person sitzt im Hüftgurt, Füße sind auf Hüfthöhe an der Wand und es wird die Wand runtergelaufen, Landebereich freihalten
- c) erst auf Kommando "ab" ablassen, langsam (nicht zu schnell) und kontrolliert ablassen, ablassende Person sitzt im Hüftgurt, Füße sind auf Hüfthöhe an der Wand und es wird die Wand runtergelaufen, Landebereich freihalten*

„multiple choice“ → eine Antwort ist richtig!

6. In der Halle stürzt der Vorsteiger ins Seil und wird kontrolliert von der sichernden Person gehalten. An welchem Punkt der Sicherungskette treten bei solch einem Sturz die größten Kräfte auf? (1 Pkt.)

a) *Die größten Kräfte treten an der Umlenkung (letzte Zwischensicherung) auf. Grund ist die Addition von Fangstoß und Sturzzug.*

b) Die größten Kräfte treten am Sicherungsgerät auf, weil hier das Gewicht der stürzenden Person eins zu eins abgefangen wird.

c) Die größten Kräfte treten am Sicherungsknoten der stürzenden Person auf, weil hier die Energie die beim Sturz entsteht, ungebremst ankommt

7. Nenne drei Kriterien, die dich dazu veranlassen ein Seil auszumustern! (3 Pkt.)

- *Seilkern sichtbar, Mantel verletzt*
- *Kontakt mit Batteriesäure*
- *stark biegbare Abschnitte; starke Mantelverschiebung*
- *1-10 Jahre (Herstellerdatum)*
- *starke UV-Belastung*
- *Brandspuren*
- *> 5 Normstürze*

8. Nenne zwei Maßnahmen, um Fehler beim Gurtanlegen zu vermeiden, die du an Kursteilnehmer*innen deines Topropekurses kommunizieren oder schon in der Vorbereitung beachten kannst. (2 Pkt.)

- *vor dem Anlegen: Gurt sortieren (unverdreht)*
- *Einbindeschlaufe vorne → Tipp: farblich abgesetzt / deutlich erkennbar*

9. Nenne zwei Maßnahmen wodurch Aufprall-/ oder Kollisionsverletzungen beim Klettern im Toprope vermieden werden können. (2 Pkt.)

- *kontrolliertes, sanftes Ablassen*
- *Sichtkontakt / Partner beobachten*
- *auf andere Kletterer achten*
- *Gewichtsunterschiede beachten; ggf. Maßnahmen ergreifen*
- *Sturzbahn beachten*
- *Pendelgefahr beachten*
- *überhängende Routen: nur mit eingehängten Zwischensicherungen im Toprope*
- *Handhabung Sicherungsgerät beherrschen*

10. Nenne zwei Maßnahmen wodurch Aufprall-/ oder Kollisionsverletzungen beim Klettern im Vorstieg vermieden werden können. (2 Pkt.)

- *ersten Haken so früh wie möglich clippen*
- *bis zum ersten Haken spotten*
- *kein Schlappseil*
- *ab dem zweiten Haken auf Hüfthöhe clippen*
- *kontrolliertes, sanftes Ablassen*
- *Sichtkontakt / Partner beobachten*
- *auf andere Kletterer achten*
- *Gewichtsunterschiede beachten; ggf. Maßnahmen ergreifen*

- Sturzbahn beachten
- Pendelgefahr beachten
- alle Zwischensicherungen einhängen
- Handhabung Sicherungsgerät beherrschen

11. Nenne die vier Gesichtspunkte eines vollständigen Partnerchecks? (4 Pkt.)

1. Gurtverschlüsse
2. Anseilknoten und Anseilpunkt
3. Karabiner und Sicherungsgerät
4. Seilenden abknoten

12. In deinem Vorstiegskurs ist eine Seilschaft bei der ein Gewichtsunterschied von 13 KG besteht. Nenne drei mögliche Maßnahmen, die du ergreifen kannst, damit niemand überfordert oder verletzt wird! (3 Pkt.)

- Ballastsack
- Selbstsicherung
- Reibungsclip
- Ohm, Eddy
- Partnerwechsel (passendes Gewicht)

13. Nenne drei Punkte worauf die sichernde Person, beim Klettern im Vorstieg, bis zur fünften Exe besonders achten muss? (3 Pkt.)

- Spotten bis zum ersten Haken
- Sicherungsposition: nahe an der Wand, leicht seitlich versetzt
- kein Schlappseil, präzise sichern
- Partner aufmerksam beobachten, reaktionsbereit sein
- zum Clippen: schnell Seil ausgeben

14. Wie lassen sich Ablassunfälle vermeiden? Nenne zwei Maßnahmen, mit denen Ablassunfälle reduziert werden können! (2 Pkt.)

- klare Kommandos (offizielle Kommandos: zu – zu – ab) einüben
- Handling Sicherungsgerät gewissenhaft üben
- langsam, sanft ablassen, gleichmäßig
- Seilenden abknoten, Länge prüfen
- Gewichtsunterschiede beachten
- Landeraum frei

15. Wie lange darf eine Expressschlinge (z.B. Kletterwand) genutzt werden? (1 Pkt.)

Mögliche Antworten:

- max. 10 Jahre nach Kaufdatum
- max. 12 Jahre nach Produktionsdatum, wenn die Schlinge 2 Jahre beim Händler gelagert war
- aussortieren, wenn optischer Verschleiß sichtbar ist

16. Wer darf bei schuleigener Kletterausrüstung die dokumentierte Sicherheitsüberprüfung der „PSA (Persönliche Schutzausrüstung) gegen Absturz“ (Helme, Gurte, Expressschlingen, Bandschlingen, Sicherungsgeräte) durchführen? (1 Pkt.)

- Sachkundige(r) „PSA im Bergsport“ oder externer lizenzierter Prüfer

17. Wie oft muss bei schuleigenem Material die dokumentierte Sicherheitsüberprüfung der „PSA (Persönliche Schutzausrüstung) gegen Absturz“ durchgeführt werden? (1 Pkt.)
- 1 x pro Jahr

„multiple choice“ → es können mehrere Antworten richtig sein!

18. Welche Sicherungsgerätetypen bzw. Sicherungsmethoden sind vom DAV in der Kletterhalle sowohl für im Toprope als auch im Vorstieg empfohlen? (2 Pkt.).

a) Tube mit Blockierfunktion („Autotuber“ z.B. Smart, MegaJul ...)

b) Halbmastwurfsicherung (HMS)

c) Halbautomaten (Grigri, Pinch ...)

d) Schultersicherung

„multiple choice“ → eine Antwort ist richtig!

19. Welche Aussage zum Einbinden ins Kletterseil ist richtig? (1 Pkt.).

a) Das Kletterseil wird grundsätzlich mit einem Karabiner in der Einbindeschlaufe des Klettergurts fixiert.

b) Das Kletterseil wird ausschließlich mit Hilfe eines gesteckten Achterknotens direkt in der Einbindeschlaufe des Klettergurts fixiert.

c) Das Kletterseil wird idealerweise mit Hilfe des gesteckten Achterknotens (oder des doppelten Bulinknotens) entweder direkt in die Einbindeschlaufe des Klettergurts oder direkt durch Beinschlaufensteg und Hüftgurtöse in den Klettergurt eingebunden (Die Gebrauchsanleitung des Klettergurts ist zu beachten!)

d) Das Kletterseil wird direkt um den Bauch gelegt und zuverlässig verknotet.

„multiple choice“ → eine Antwort ist richtig!

20. Welche Aussage zu verschiedenen Sicherungsgeräten ist richtig? (1 Pkt.).

a) Halbautomatische Sicherungsgeräte (Grigri, Pinch ...) können auch ohne ausführliche Schulung von Anfängern risikolos genutzt werden, da die Blockierfunktion automatisch erfolgt.

b) Bei halbautomatischen Sicherungsgeräten (Grigri, Pinch ...) blockiert das Gerät den Seildurchlauf bei Belastung unabhängig von der Position der Bremshand. Tube-Sicherungsgeräte mit Blockierfunktion („Autotuber“ z.B. Smart, MegaJul ...) blockieren den Seildurchlauf dagegen nur bei korrekter Position der Bremshand (unten!).

c) Bei halbautomatischen Sicherungsgeräten (Grigri, Pinch ...) hat die Bremshand keinerlei Funktion mehr. Das Bremshandprinzip ist außer Kraft gesetzt