



# TOURENPLANUNG

Eine Bergtour beginnt mit der Planung, schon lange bevor man den Rucksack packt und aufbricht.

Informationen zum Charakter und zu den Schwierigkeiten der Tour werden gesammelt. Aus der **Führerliteratur**, von **Personen**, die die Route kennen, aus verlässlichen **Portalen im Internet** und (falls vorhanden) aus **früheren Erfahrungen** in dieser Tour. **Topografische Karten** geben weitere Informationen zur Route und den zu erwartenden Schwierigkeiten und Gefahren. **Wetterberichte** müssen beachtet und Informationen zu den **aktuellen Verhältnisse** eingeholt werden.

## Planung A

Zuerst teilen wir die Tour in **Abschnitte** ein. Diese werden durch topografische Gegebenheiten (Passübergang, markanter Rastpunkt, Schutzhütte, Gipfel etc.) oder Änderungen im Tourenablauf (Vorbereitung für die Gletscherseilschaft, Start der Klettertour etc.) voneinander getrennt.

## Planung B

Nun erstellen wir die Zeitplanung für die einzelnen Abschnitte. Mithilfe einer topografischen Karte (Papier oder digital) wird die **Distanz** und die aufzusteigenden **Höhenmeter** der jeweiligen Abschnitte ermittelt. Daraus ergibt sich ein Zeitwert für die Strecke und für die Höhenmeter. Nun wird die  **Hälfte des kleineren Zeitwertes** mit dem **größeren Zeitwert** addiert. Dies ergibt die **Gehzeit** für diesen Abschnitt. Zur Berechnung der Gehzeit für den Abstieg werden die Distanz und die Höhenmeter von Gegenanstiegen berücksichtigt.

Für jede Stunde Gehzeit fügen wir ca. **12 Minuten Pause** hinzu (trinken, kleiner Snack, fotografieren, Jacke ausziehen etc.). Dies entspricht **1 Minute Pause pro 5 Minuten Gehzeit**.

Zusätzlich benötigte Zeit für schwierige und zeitintensive Abschnitte (Kletterpassagen, Blankeis, Schlüsselstellen etc.) oder notwendige Tätigkeiten (Steigeisen und Klettergurt an- oder ausziehen, Gletscherseilschaft vorbereiten, Gipfelrast, Mittagspause etc.) wird ebenfalls eingeschätzt und notiert.

Die Summe dieser drei Zeiten ergibt die Gesamtzeit für den jeweiligen Abschnitt.

Ein Abschnitt umfasst immer die Zeit zwischen **Ankunft an Punkt X bis zur Ankunft an Punkt Y**.

## Planung C

Für die Planung des Tagesablaufs bestimmen wir die Uhrzeit bei jedem Abschnitt. Wir starten am Beginn der Tour (z.B. Aufbruch um 7:00 Uhr nach dem Frühstück) und addiert die Gehzeiten zu den jeweiligen Uhrzeiten. Eine andere Möglichkeit ist, die Rückkehrzeit festzulegen (z.B. Ankunft um 15:00 Uhr, eine Stunde vor der letzten Seilbahn-Talfahrt), und die Gehzeiten von der jeweiligen Uhrzeit abzuziehen. So ergibt sich die (späteste) Startzeit für die Tour.



# PLANUNGSFORMULAR

Tour: ..... geplant von: ..... Höhenmeter pro Stunde: .....  
 Tourendatum: ..... Planungsdatum: ..... Kilometer pro Stunde: .....

PLANUNG A		PLANUNG B										PLANUNG C	Ankunft
Ort/Abschnitt	Höhe	Höhenmeter <small>im Aufstieg</small>	Abstieg / Gegenanst. <small>Höhenmeter</small>	Distanz [km]	Zeit Höhenmeter	Zeit Distanz	Gehzeit	Pausen	zusätzliche Zeit	für	Gesamtzeit	Uhrzeit	
A													A
B													B
C													C
D													D
E													E
F													F
G													G
H													H
I													I
J													J
K													K
L													L
M													M
N													N
O													O

## Rechenhilfe

Zeiten für Anstiege bei **400 Höhenmeter pro Stunde** (Standardwert im Sommer):

50 Hm	100 Hm	150 Hm	200 Hm	250 Hm	300 Hm	350 Hm	400 Hm	500 Hm
7,5'	15'	22,5'	30'	37,5'	45'	52,5'	1:00 h	1:15 h

Zeiten für Anstiege bei **300 Höhenmeter pro Stunde** (Standardwert im Winter):

50 Hm	100 Hm	150 Hm	200 Hm	250 Hm	300 Hm	350 Hm	400 Hm	500 Hm
10'	20'	30'	40'	50'	1 h	1:10 h	1:20 h	1:40 h

Zeiten für die Distanz bei **4 Kilometer pro Stunde** (Standardwert im Sommer):

0,5 km	1 km	1,5 km	2 km	2,5 km	3 km	3,5 km	4 km	5 km
7,5'	15'	22,5'	30'	37,5'	45'	52,5'	1:00 h	1:15 h

Zeiten für die Distanz bei **3 Kilometer pro Stunde**:

0,5 km	1 km	1,5 km	2 km	2,5 km	3 km	3,5 km	4 km	5 km
10'	20'	30'	40'	50'	1:00 h	1:10 h	1:20 h	1:40 h

## Checkliste

Wenn alle der folgenden Punkte eindeutig mit „Ja“ beantwortet werden können, ist die Tour gut vorbereitet:

- Ich habe mich mit dem Routenverlauf der Tour vertraut gemacht und mir gut eingepägt.
- Mir sind die Schwierigkeiten bewusst und habe eine gute Taktik für die Schlüsselstellen der Tour.
- Wenn die Punkte der Tourenplanung nicht mit der Realität übereinstimmen, habe ich einen Alternativplan.
- Die Angaben und Überlegungen in der Tourenplanung sind realistisch. Sie entsprechen dem Können, der Erfahrung und der Kondition aller Gruppenmitglieder.
- Die aktuellen Verhältnisse und die Wettervorhersage machen es möglich, diese Tour wie geplant anzugehen.
- Die Leitung der Gruppe ist klar geregelt, wir kommunizieren gut miteinander, alle sind motiviert, gut vorbereitet und entsprechend ausgerüstet.
- Ich habe ein gutes und sicheres Gefühl, wenn ich mir vorstelle, wie die gesamte Gruppe diese Tour bei den aktuellen Verhältnissen angeht.

## Kontrolle

Während der Tour wird **ständig kontrolliert**, ob die Realität mit der Tourenplanung übereinstimmt. Wenn dem nicht so ist, wird **entsprechend reagiert**. Gegebenenfalls muss die Tour abgebrochen werden.

Abweichungen werden vermerkt und nach der Tour analysiert. So können die Vorgaben (Höhenmeter oder Kilometer pro Stunde, Zeit zum Herstellen der Gletscherseilschaft etc.) für die nächste Tourenplanung angepasst werden.

## RISIKOABSCHÄTZUNG

Um das Risiko einer Unternehmung in den Bergen beurteilen zu können, werden bei der Tourenplanung verschiedene Punkte bedacht und bewertet. Mithilfe des Punktesystems bekommen wir einen Anhaltspunkt über die Höhe des zu erwartenden Risikos.

Die **externen Risiken** sind Gegebenheiten, die von uns nicht oder kaum beeinflusst werden können.

Die **persönlichen Risiken** beziehen sich auf die Gruppe und die eigene Person. Diese sind veränderlich und von der Zusammensetzung der Gruppe abhängig.

Zu jedem Punkt wird eine Bewertung von 0 bis 5 abgegeben. Wo eine Beurteilung nicht möglich ist oder keine näheren Informationen vorhanden sind, wird dieser Punkt als ungünstig angenommen. Das verhindert böse Überraschungen und motiviert, die fehlende Information zu beschaffen.

<b>EXTERNE RISIKEN</b>		Bewertung 0 - 5		
Wetter	<i>sonnig, stabil, wechselhaft, Gewittergefahr ...</i>	schlecht		optimal
Verhältnisse/Gefahren	<i>z.B. gute Schneeeauflage am Gletscher, trockener Fels ...</i>			
Absicherung	<i>z.B. versicherte Wege oder unwegsam? Bohrhaken?</i>			
Rückzugsmöglichkeiten	<i>Kann jederzeit problemlos umgedreht werden?</i>			
Material/Ausrüstung	<i>Bin ich optimal für die Tour ausgerüstet?</i>			
<b>SUMME</b>				

<b>PERSÖNLICHE RISIKEN</b>		Bewertung 0 - 5		
Gruppe	<i>Größe, Homogenität, gute Kommunikation</i>	ungünstig, am Limit		einfach, optimal
Führung	<i>keine Leitung bis kompetente, erfahrene Führung</i>			
Orientierung	<i>Nebel, Nacht, Markierungen, Wege</i>			
Technische Schwierigkeit	<i>am persönlichen Limit, unter dem eigenen Können</i>			
Länge der Tour	<i>mehrtägig, tagfüllend, wenige Stunden</i>			
<b>SUMME</b>				

<b>Gesamtsumme externe &amp; persönliche Risiken</b>	
--	--



Beim **Vergleich der Summen** der einzelnen Risikobereichen können wir erkennen, ob die Gefahren eher extern oder mehr der Gruppe, der Kondition und dem Können der Teilnehmer\*innen zuzuordnen sind.

Addiert man die beiden Summen, erhält man einen Wert für das Gesamtrisiko, das folgendermaßen einzuschätzen ist:

- 0 - 20 Punkte:** Das Risiko ist sehr hoch. Erkenne die Risikobereiche und gehe die Tour erst an, wenn das Risiko deutlich geringer einzuschätzen ist.
- 21 - 35 Punkte:** Es ist ein ernstes Risikopotential vorhanden. Wo kann ich das Risiko minimieren? Kann ich diese Gefahren in Kauf zu nehmen? Ist meine Alternativplanung auf die Gefahren ausgelegt? Ist ein Abbruch der Tour leicht möglich?
- 36 - 50 Punkte:** Die Risikoplanung spricht für die Durchführung der Tour. Analysiere die Bereiche mit geringer Punkteanzahl und überlege, ob dieses Risiko vertretbar ist.

Die Risikoabschätzung dient dazu, sich **Gedanken über die Gefahren** zu machen und ist nur ein kleiner Teil der Tourenplanung. Ein hoher Punktwert muss nicht bedeuten, dass kein Risiko besteht (z. B. stellen eine hohe Gewittergefahr und gleichzeitig keine Rückzugsmöglichkeiten ein sehr großes Risiko dar, auch wenn alle anderen Punkte optimal einzuschätzen sind).

Beurteile **während der Tour** das Risiko immer wieder aufs Neue und handle danach. Prüfe, ob die Planung mit der Wirklichkeit übereinstimmt. **Verhalte dich defensiv**, wenn ein erhöhtes Risiko erkennbar ist.