

Am Wochenende des 5. und 6. April 2025 fand der alljährliche Kurs des DAV Nahegau zur behelfsmäßigen Bergrettung in den Kirner Dolomiten statt. Bei bestem Wetter und guter Stimmung kamen wir mit zehn Teilnehmende aus den Sektionen Nahegau und Mainz zusammen, um unter fachkundiger Anleitung wichtige Techniken und Abläufe für den Notfall im alpinen Gelände zu erlernen und einzuüben. Übernachtet wurde in Zelt und Camper, was angesichts nächtlicher Temperaturen von knackigen -2 Grad Celsius eine kleine Herausforderung, aber auch Teil des Abenteuers war.

Beste Stimmung bei Sonne und Kuchen



Der erste Kurstag hatte vor allem einen theoretischen Charakter und diente der Vermittlung grundlegender Kenntnisse und der Vorbereitung auf den nächsten Tag, der im Zeichen der praktischen Umsetzung stehen sollte. Zunächst wurden Rettungsdecken

auf ihre Verwendungsmöglichkeiten hin getestet – als Tyrolean Wrap oder auch als Trage leisteten sie gute Dienste.

Im Tyrolean Wrap wird es ganz schön warm



Wir sprachen über die Lagebeurteilung bei einem Unfall, wiederholten grundlegende Knotenkunde mit dem Schleifknoten, Prusikknoten und Würtemberger sowie Techniken zur Rettung im einfachen wie im steilen Gelände – sowohl nach oben als auch nach unten. Als „Trockenübung“ wurde am ersten Tag das Einrichten der Bergspinne geübt, Seilzüge wurden gebaut und mit und ohne Rolle getestet. Nach all dem Inhalt gab es zum Abschluss des Tages noch eine kleine Praxiseinheit im Prusiken.

Frank zeigt das Lösen der Rücklaufsperr.



Alle arbeiteten engagiert mit, halfen sich gegenseitig und nutzten die Zeit für Fragen,

Wiederholungen und Festigung des Erlernten – denn am nächsten Tag sollte es Ernst werden. Nach einem langen, aber

spannenden Kurstag ließen wir den Abend bei einem gemeinsamen Grillen am Lagerplatz ausklingen. Die gute Laune, das leckere Essen und der klare Sternenhimmel trugen zur tollen Atmosphäre bei und stärkten den Teamgeist.

Cool down beim Prusiken



Immer noch bestes Wetter – aber kalt!



Der zweite Tag startete mit einem Temperatursturz von 20 Grad und führte uns schließlich - mit allen Kleidungsstücken am Körper, die wir dabei hatten - direkt an den Fels. Dort sollten wir die am Vortag erlernten Techniken unter realistischeren Bedingungen anwenden. Mit der Rettung nach unten ging es los. In Zweier- und Dreierteams wurde abgelassen, geschultert und gerettet bis alle wieder gut auf dem Boden angekommen waren. Und was tun, wenn der Nachsteiger nicht mehr nachsteigt? Genau, dann sollte man sich mit Techniken zur Rettung nach oben auskennen. Schweizer Flaschenzug war gestern (oder auch 2024). Dieses Jahr wurde die Rolle mit Rücklaufsperre in das System eingebaut, und das Ergebnis war zum Teil beeindruckend. Wenn der Aufbau und das Handling gut funktionierten, konnte die zu rettende Person mit verhältnismäßig geringem Kraftaufwand hochgezogen werden.

Die Rettung nach unten ist geglückt (Foto: F. Hahn)



Trotz Hängepartie: Das Hochziehen klappt



Nach einem Tag intensiven Übens und Analysierens durfte auch das Reflektieren nicht fehlen. Zum krönenden Abschluss wurden nochmal verschiedenste mögliche und unmögliche Unfallszenarien heraufbeschworen und gemeinsam nach der besten (behelfsmäßigen) Rettungsmöglichkeit gesucht.

An beiden Tagen blieb immer Zeit für Diskussionen über den sinnvollen Einsatz der jeweiligen Methoden und den Umgang mit besonderen oder schwierigen Situationen. Alle Teilnehmenden waren mit viel Motivation und großem Interesse bei der Sache. Die gute Wetterlage mit strahlendem Sonnenschein unterstützte die praktische Umsetzung und sorgte für eine insgesamt angenehme, lockere und gute Lernumgebung. In der abschließenden Runde wurde deutlich, wie viel alle aus dem Wochenende mitnehmen konnten – nicht nur an technischem Wissen, sondern auch an Teamgefühl und gemeinsamer Erfahrung. Trotz der Ernsthaftigkeit des Themas war der Kurs geprägt von einer positiven und kameradschaftlichen Stimmung. Wir hoffen natürlich, dass wir das Gelernte im Ernstfall möglichst nie anwenden müssen, fühlen uns jedoch nun deutlich besser vorbereitet.

Ein herzliches Dankeschön geht an die Ausbilder und Organisatoren Frank und Jonas, die diesen lehrreichen und gleichzeitig sehr angenehmen Kurs ermöglicht haben. Wir freuen uns schon aufs nächste Jahr und auf ein Wiedersehen am Fels!