



Deutscher Alpenverein  
Sektion Nahegau

Ausbildungskurs: Rissklettern und mobile Sicherungsgeräte in der Pfalz vom 29.05. – 01.06.2025    Verfasser: Dominik Braun

Teilnehmer: Andreas Werner, Sölvi Kannwischer, Jan Frumert, Heike Sirrenberg, Dominik Braun, Franz Hahn, Kai Radtke, Maike Spindler

Trainer: Jonas Scheidweiler, Frank Kühn

## Tag 1

Im Bollerwagen und ganz viel guter Laune ging's für 8 wissbegierige und motivierte Schüler und ihren zwei erfahrenen Lehrern zum Steinbruch Gimmeldingen.

Im Sitzkreis lernten wir die Gruppe kennen („Jetzt weiß ich endlich mal wie alt du bist :D“) und machten uns mit den mobilen Sicherungsmittel vertraut. Nicht nur die Funktionsweisen von Friends über Totem Cams, Tricams, Keilen bis Camalots haben wir durchexerziert, wir durften auch erfahren, wie schön sich eine Knotenschlinge ‚aufpelzt‘. Aber ein ganz besonderes Handicap mussten wir einige Stunden am selben Tag in der Praxis mit Erschrecken feststellen, mehr dazu unter. Wir haben uns erst einmal in Augenhöhe am Legen der mobilen Sicherungsmittel versucht und auch an bewusst fehlerhaft gelegten Friends viel Wissen geteilt. Die dabei weit mehr als 100m lange ‚Schlange‘ hat viele Augen erfreut.

Hiernach stand die erste Mutprobe an: das Legen eines Sicherungsmittels und ‚in diesen reinspringen‘! Die Laborbedingung mit Hintersicherung hoben das Lampenfieber nicht wirklich auf. Die ersten zwei Versuche haben auch leider die Quote unseres Trainers



vermiest. Zwei brandneue Totem Cams haben nicht gehalten, einer davon wurde sogar zerstört (Aufklärung: Während des Sturzes hat der aufgeweichte Sandstein der Spreizwirkung des Cams nachgegeben. Zwei Drähte an der Verstelleinheit des Geräts haben dieser Zugbelastung nicht standgehalten und sind gerissen. Wenn auch ungewollt, haben wir dadurch wichtige Erkenntnisse gewonnen!). Alle übrigen Versuche waren erfolgreich und stärkten wieder das Vertrauen.

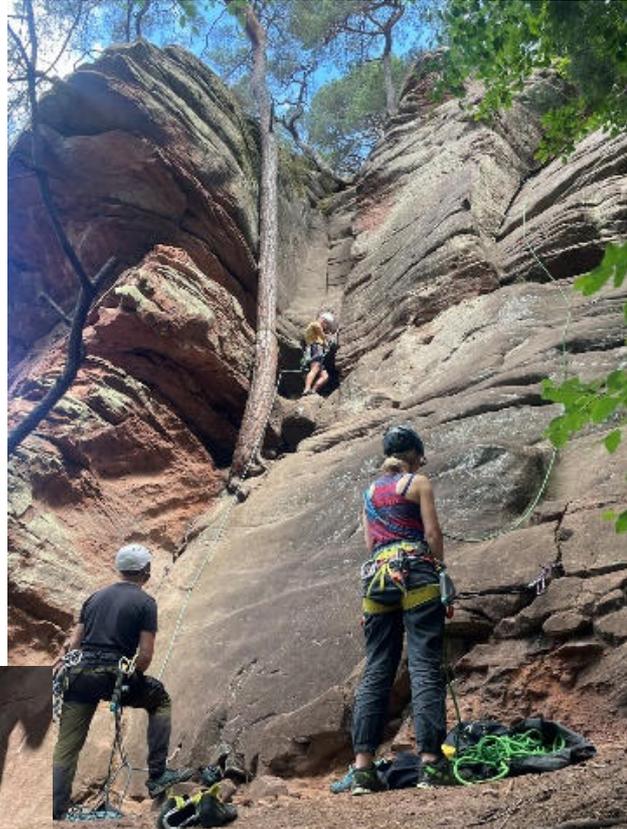
Im anschließenden Kinoabend mit Lehrvideos zum Rissklettern lernten wir die Unterschiede zwischen quite und totally painful kennen - je nach Rissklettertechnik und persönlichen Empfinden.

## Tag 2

Nach einem gediegenen Frühstück (in leicht dekadenter Form) machten wir uns auf zur mittleren Deichenwand. Die dortige Aufgabenstellung war, die ‚cleanen‘ Risse vorzusteigen, die Route mit unseren Sicherungsmitteln vollzubauen und die am Vorabend erlernten Ristechniken anzuwenden.

Ein wenig Abhilfe bei den schmerzvollen Techniken leisteten uns die selbst gebauten Risshandschuhe. An fünf Routen durften wir uns probieren und verausgaben. Die vermeintliche 3 „mit kleinem Boulderproblemchen“ entpuppte sich als große Herausforderung - die Toprope-Hintersicherung obligatorisch! Alle übrigen Touren waren tolle Plaisiertouren und ließen keine Wünsche offen.

Beim schönen Abendessen beim Italiener in der Nähe haben wir während der langen Wartezeit die schönen Eindrücke des Tages genießen dürfen.



### Tag 3

Dem Wetterbericht zufolge mussten wir uns ranhalten: ab 15 Uhr war Gewitter gemeldet. Das Ziel: der Hochstein.

Mit derselben Gruppenaufteilung und Aufgabenstellung wie am Vortag ging es für Gruppe 1 zur Grauen Wand - eine Mehrseillängentour, an dessen zweiten Abschnitt der ein oder andere Muffensausen bekam - und für Gruppe 2 zum Eichel- und Dornriss. Der Abstecher zur Hochsteinnadel ist leider ins



Wasser gefallen. Zurück am Campingplatz haben wir die Zelte nachgespannt und im Sitzkreis Anekdoten über Festivalbesuche ausgetauscht. Wir waren froh, dass unser Zeltzubehör dieses Mal vollständig und auch das drin war, was auf der Verpackung draufstand!

Einen Weltrekord haben wir noch aufgestellt: sechs Kletterer mit nur einer Duschmarke in nur fünf Minuten blitzblank geputzt. In einer Dusche! Das sorgte für eine ausgelassene Stimmung, auch bei den anderen Campern.



## Tag 4

Nach einer regenreichen Nacht haben wir es uns am Frühstückstisch gemütlich gemacht und den Kurs ausklingen lassen.

Das Beste an dieser Tour? Wir sind alle mit mehr Friends nach Hause als wir hinkamen!

