



Mit Unterstützung der: **PEZL** Fondation
coordination montagne
 Maison de la Montagne, 38000 Grenoble, rue Raoul Blanchard, 3, 38000 Grenoble, France
 Tel.: +33(0)4 76 51 75 41
 www.coordination-montagne.fr

Der im Januar 2012 gegründeten Coordination nationale pour le développement des activités de pleine montagne et d'alpinisme (Coordination Montagne) gehören folgende Verbände an: Fédération Française de la Montagne (FFCM), Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade (FFME), Fédération Française de la Montagne Pédestre (FFMP), Groupe de haute montagne (GHM), Syndicat national des guides de montagne (SNGM), Syndicat national des professionnels de l'escalade et du canyon (SNAPC), Syndicat national des accompagnateurs en montagne (SNAM), Union des centres sportifs de plein air (UCPA), la Grande Traversée des Alpes (GTA), Mountain Wilderness (MW), Association Nationale des Centres Et Foyers de Ski de fond et de montagne (ANCEF), CIPA, die Peztl-Stiftung, En Passant par la Montagne, Réseau de chercheurs Sportsnature.org, Mountain Bike Fondation (MBF).

Entwurf und Illustration: Bérengère Collas, Karte: JM Boudoups
 Text: Olivier Obim, Niels Martin und Philippe Descamps
 Foto: Mario Colonel
 Derim Januar 2012 gegründeten Coordination nationale pour le développement des activités de pleine montagne et d'alpinisme (Coordination Montagne) gehören folgende Verbände an: Fédération Française de la Montagne (FFCM), Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade (FFME), Fédération Française de la Montagne Pédestre (FFMP), Groupe de haute montagne (GHM), Syndicat national des guides de montagne (SNGM), Syndicat national des professionnels de l'escalade et du canyon (SNAPC), Syndicat national des accompagnateurs en montagne (SNAM), Union des centres sportifs de plein air (UCPA), la Grande Traversée des Alpes (GTA), Mountain Wilderness (MW), Association Nationale des Centres Et Foyers de Ski de fond et de montagne (ANCEF), CIPA, die Peztl-Stiftung, En Passant par la Montagne, Réseau de chercheurs Sportsnature.org, Mountain Bike Fondation (MBF).

Die Besteigung des Mont Blanc eine Sache für Alpinisten

Sich vorbereiten
 sich ausrüsten
 sich informieren
 Respekt
 Freiheit

1 Sich vorbereiten

Wer eine Expedition auf den Mont Blanc mit guten Erfolgchancen durchführen will, muss bereits über Erfahrungen im Hochgebirge verfügen, regelmäßig trainieren und sich angemessen vorbereiten. Eine gute Betreuung ist ebenfalls ausschlaggebend.



Für die Besteigung dieses Gipfels benötigen Sie nicht nur eine gute körperliche Kondition, Sie müssen diese auch in großen Höhen getestet haben. Die Erfahrung eines leichteren ersten 4000ers und mindestens eine nicht lange zurückliegende Übernachtung in über 3000 m Höhe sind eine gute Möglichkeit, Ihre körperliche Verfassung auf die Probe zu stellen.

Aus technischer Sicht müssen Sie das Gehen mit Steigeisen, das Klettern in unterschiedlichem Terrain, sowie Gratpassagen beherrschen und in der Lage sein, die Seilabstände in der Seilschaft richtig anzupassen (lange Abstände auf dem Gletscher, kurze Abstände auf dem Grat usw.).

Aus psychologischer Sicht müssen Sie auf schlaflose Nächte und lange Tage in einer traumhaften, aber bedrohlichen, fremden und wechselhaften Umgebung gefasst sein.

Zur Vorbereitung der Expedition gehört auch, dass Sie sich durch Studieren von Karten, Topo-Guides und Berichten von Expeditionen mit dem Terrain vertraut machen.



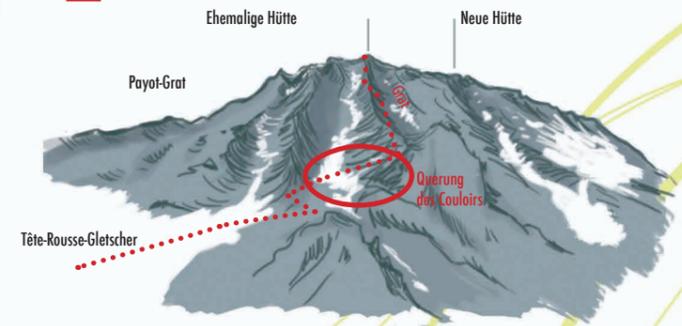
Bergsteigerclubs können Ihnen helfen, eine Seilschaftskameradin oder einen -kameraden zu finden, erste Erfahrungen zu machen oder eine Ausbildung zu absolvieren. Ein professioneller Bergführer kann Sie beraten, vorbereiten und betreuen und die Verantwortung für die Expedition übernehmen.

Einen Club finden:
www.alpenverein.de; www.alpenverein.at; www.alpenverein.it; www.sac-cas.ch

Eine professionelle Betreuung finden:
 In Frankreich: www.sngm.fr
 In Valle d'Aosta: www.guidaeltamontagna.com
 In der Schweiz: www.4000plus-vs.ch

Die Tücken des Normalwegs

Im Couloir du Goûter ereignen sich ein großer Teil der schwerwiegendsten Unfälle.



Von 1990 bis 2011 wurden auf diesem Weg zwischen Tête-Rousse- und Goûter-Hütte insgesamt 74 Todesfälle und 180 Verletzte registriert. Zur Zeit werden Überlegungen angestellt, um die mit Steinschlag verbundenen erheblichen Gefahren zu reduzieren. Beim aktuellen Verlauf der Route müssen die Alpinisten die Gefahren kennen und sich darauf vorbereiten, mit ihnen konfrontiert zu werden.

Ungefähr die Hälfte der Unfälle ereignen sich während der 100 Meter langen Querung des Couloirs und ein Drittel auf dem Grat. Die meisten Unfälle werden durch Absturz des Alpinisten verursacht und hängen sehr häufig direkt oder indirekt mit einem

Steinschlag zusammen. Bezogen auf die Zahl der Seilschaften ereignen sich beim Abstieg (insbesondere auf dem Grat) mindestens genauso so viele Unfälle. Wir wissen auch, dass zwei Drittel der Unfallopfer nicht angesieilt waren und dass Personen, die von einem professionellen Bergführer begleitet werden, weitaus weniger Unfälle erleiden. Eine im Sommer 2011 durchgeführte, ausschließlich auf den Couloir bezogene Studie belegt, dass von den geschätzten 17 000 Personen, die den Couloir passiert haben, ungefähr eintausend in irgendeiner Weise mit einem Steinschlag konfrontiert wurden. Zwar können Felsbrocken zu jeder Tageszeit und in jeder Jahreszeit herabstürzen, andererseits lassen sich jedoch Faktoren erkennen, die das Risiko erschweren bzw. reduzieren.

2 Sich ausrüsten

Die richtige Ausrüstung mitzunehmen, nichts Wesentliches zu vergessen, ohne sich mit Überflüssigem zu belasten, ist bereits Teil der Expedition.

Außer der geeigneten Kleidung für die Bedingungen im Hochgebirge und starke Kälte (mit Handschuhen zum Wechseln) benötigen Sie die Bergsteigerausrüstung für Hochtouren (Eisgerät, Steigeisen, Gurt, Seil usw.).

- Vergessen Sie nicht die nötigen Dinge:
 - zu Ihrem Schutz:** Helm, Brille, Sonnencreme (LVS/Schaufel/Sonde je nach Route und Bedingungen).
 - Für die Orientierung:** Karte, Topo, Kompass, Höhenmesser, Pfeife, Stirnlampe (GPS).
 - Für die Verpflegung:** Nahrungsmittel, warme Getränke.
 - Für die Rettung:** Spaltenrettungsset (5 Karabiner, 3 Eisschrauben, Umlenkrolle mit Rücklaufsperre, 2 Seilklemmen, Bandschlinge, Reepschnur), Telefon oder Funkgerät, Erste-Hilfe-Set.



Faktoren, die das Risiko erhöhen:
 .Temperaturen über Null Grad.
 .Trockene Luft: schönes, sonniges Wetter
Die kritischsten Stunden liegen zwischen 11 Uhr und 13.30 Uhr.

Mehr Informationen:
www.fondation-petzl.org
www.petzl-foundation.org

Faktoren, die das Risiko reduzieren:
 .Temperaturen unter Null Grad.
 .Bedecktes Wetter mit wenig Sonne.
 Im Couloir befindlicher Schnee hat keinen Einfluss auf das regelmäßige Auftreten von Steinschlag. Er reduziert jedoch das Risiko, dass andere Blöcke mitgerissen werden und dämpft den Aufprall im Couloir.

- Wie kann ich den Couloir du Goûter queren?**
 Wie in allen Passagen der Routen ist die Einschätzung der momentanen Bedingungen für die Wahl der einzusetzenden Techniken maßgebend. Folgende Grundprinzipien sind zu beachten:
 - .Tragen Sie **einen Helm** und bleiben Sie angesieilt.
 - .Installieren Sie Ihre Ausrüstung in einiger Entfernung vor dem Couloir und nicht erst am Rand, wo es sehr gefährlich ist.
 - .Beobachten Sie die momentanen Bedingungen aufmerksam, bevor Sie sich entscheiden, den Couloir zu queren.
 - .Wenn Sie können, werfen Sie in sicherer Entfernung ein Auge auf die Seilschaft vor Ihnen.
 - .Gehen Sie im Couloir zügig aber nicht zu hastig.

- Wenn der Schnee guten Halt bietet, können Sie auf das Stahlseil verzichten.** Andernfalls befolgen Sie bitte die beschriebenen Empfehlungen (Sichern während der Fortbewegung mit angepasster Seillänge, wobei das Seil zwischen zwei Mitgliedern einer Seilschaft durch einen Karabiner geführt wird).
- .Benutzen Sie auf dem Grat die Stahlseile und deren Anschlagpunkte zum Sichern der sich fortbewegenden Seilschaft. Dies ist kein Klettersteig.



3 Sich informieren

Die Bedingungen in den Bergen ändern sich schnell und das Wetter noch schneller. Um die richtigen Entscheidungen treffen zu können, müssen Sie gut informiert und in der Lage sein, die Informationen mit einem kritischen Blick zu interpretieren.

Wettervorhersage und Bedingungen in den Bergen:
 Hochgebirgsamt : +33 (0)4 50 53 22 08; www.chamoniarde.com; www.chamonix-meteo.com
 Wettervorhersage Météo France: (France only) 08 99 71 02 74; www.meteofrance.com
 Wettervorhersage Val d'Aoste: (+39) 0165 272 333; www.regione.vda.it
 Bergwettervorhersage Romanische Schweiz: (+41) 0900900 162 168; www.meteosuisse.admin.ch
 Hochgebirgspolizei Chamonix: +33 (0)4 50 53 16 89

Hütten:
 Tête Rousse: +33 (0)4 50 58 24 97; **Reservierung:** refugeterousse.ffcam.fr
 Goûter: +33 (0)4 50 54 40 93; **Reservierung:** refugedugouter.ffcam.fr
 Tré la tête: +33 (0)4 50 47 01 68; www.trelatete.com
 Gonella: (+39) 0165 885 101; www.rifugiogonella.com
 Monzino: (+39) 0165 809 553
 Cosmiques: +33 (0)4 50 54 40 16
 Grands Mulets: +33 (0)4 50 53 70 10
 Conscrits: +33 (0)4 79 89 09 03
 Durier: +33 (0)6 89 53 25 10

Seilbahnen
 Seilbahn der Aiguille du Midi, Seilbahn Bellevue
 Mont-Blanc Zahnradbahn: +33 (0)4 50 53 22 75
 Betriebszeiten: www.compagniedumontblanc.fr

Touristeninformationen:
 Chamonix: +33 (0)4 50 53 00 24; www.chamonix.com
 Les Houches-Servoz: +33 (0)4 50 55 50 62; www.leshouches.com
 Saint-Gervais-les-Bains: +33 (0)4 50 47 76 08; www.saintgervais.com
 Val Montjoie: +33 (0)4 50 47 01 58; www.lescontamines.com
 Vallée d'Aoste: (+39) 0165 842 060; www.lovevda.it
 Valais: (+41) 27 783 2717; www.st-bernard.ch

Im Falle eines Unfalls

Falls Sie Zeuge eines Unfalls werden, müssen Sie die üblichen Vorschriften für Rettungssituationen befolgen:

SCHÜTZEN
 Um einen weiteren Unfall zu verhindern, müssen sich die Zeugen des Unfalls in Sicherheit bringen. Ein Verletzter darf auf keinen Fall bewegt werden, es sei denn, er befindet sich in unmittelbarer Gefahr. Achten Sie in diesem Fall darauf, Hals und Kopf in einer Achse mit dem Rumpf zu halten und den Verletzten vor Kälte zu schützen.

HILFE ANFORDERN
 Mit Handy oder Funkgerät (150 MHz) erhalten Sie im Mont Blanc-Massiv in der Regel eine Verbindung. Wenn mit keinem der Geräte eine Verbindung hergestellt werden kann, muss ein nach Möglichkeit begleiteter Bote entsandt werden, um die nächstliegende Hütte zu informieren oder einen Notrufbereich zu finden. Eine einzige Notrufnummer: **112**

RETTEN
 Während Sie auf das Eintreffen der Rettungskräfte warten, kann es sein, dass sie schnell eingreifen müssen, um: die Atemwege zu befreien, eine Blutung zu stoppen, im Falle eines Herzstillstands eine Herzmassage durchzuführen, den Verletzten (bewusstlos oder bei Bewusstsein) in Sicherheit zu bringen. Diese Handlungen müssen erlernt werden. Jeder Bergsteiger sollte eine Erste-Hilfe-Ausbildung absolviert haben. Zeigen Sie den Rettungskräften Ihre Position an, indem Sie mit den gehobenen Armen ein "Y" formen oder bei Dunkelheit mit einer Lampe oder mit dem Display Ihres Handys ein SOS-Signal senden. Versuchen Sie entsprechend den Möglichkeiten des Terrains einen Platz zum Landen freizuräumen. Bewegen Sie sich bei Ankunft des Hubschraubers nicht mehr und warten Sie auf Anweisungen.

Nützliche Telefonnummern:
 Italien: 118 und (+39) 800 800 319 (secours alpins valdotaïns)
 Schweiz: 144 und 1414 (Rega) oder vom Ausland (+41) 333 333 333

