

Richtig Clippen

Ob Halle oder draußen – sicher Vorsteigen ist nur möglich, wenn man das Clippen der Zwischensicherung beherrscht. Denise Günzel stellt die Grundtechniken vor und zeigt, worauf es ankommt.

Katrin klettert zum ersten Mal in der Halle im Vorstieg. Nur nicht stürzen! Mit maximalem Krafteinsatz zieht sie die Griffe durch und kommt trotz Nervosität recht zügig vorwärts. Oberhalb der dritten Zwischensicherung wird es ein bisschen härter – da tut es gut, wenn erst einmal die vierte Exe geclippt ist. Weit weg, aber es wird schon gehen. Katrin zieht das Seil aus, beißt rein, zieht nochmal nach und streckt sich. Fast kommt sie hin, aber die Arme sind dick und die Beine wacklig. Katrin kämpft am Limit, erreicht den Karabiner, bekommt ihn zu fassen und – plötzlich rutscht ihr der Karabiner aus der Hand und das Seil fällt hinunter.

Diese Situation dürfte jedem Kletterer bekannt sein. Sie ist nicht nur ärgerlich (oft ist nach einem solchen Kraftakt der Durchstiegsversuch hin), sondern oft auch gefährlich (bei ausgezogenem Seil ist die Sturzhöhe beträchtlich). Daher gilt: Clippen will gelernt sein! Der Weg zum sicheren und erfolgreichen Vorstieg geht nur über schnelles und effektives Einhängen des Seils. Dabei ist das Clippen keine Zauberei – man muss nur die richtige Technik beherrschen. Wir zeigen, wie diese Technik geht und wie man sie am besten übt.



Die richtige Clipp-Position

Ganz generell gilt: Sicherheit geht immer vor, und Sicherheit entsteht mit dem Urteilsvermögen des Kletterers. Unsere Tipps sollten also nicht als unumstößliche Gesetze missverstanden werden, sondern als Prinzipien, die grundsätzlich gelten, aber ihre Ausnahmen haben. Ein solches Prinzip ist: Man clippt, wenn man möglichst stabil steht und die Zwischensicherung möglichst gut erreichbar ist.

Vorstieg Indoor:

An künstlichen Wänden sind die Hakenabstände gering. Folglich muss man oft clippen, was auf Dauer sehr kräftezehrend sein kann. Daher empfiehlt es sich, die Zwischensicherungen erst auf Hüft- bis Schulterhöhe einzuhängen. Dann muss man das Seil nicht mehr so weit ausziehen, und das ist nicht nur weniger anstrengend, sondern oft auch sicherer (siehe dazu auch CLIMB! 1/2006, Beitrag »Clip it, baby!«). In gut geschraubten Routen befinden sich die guten Griffe (»Clipp-Griffe«) an den entsprechenden Stellen.

Vorstieg am Fels:

Am Fels sind die Hakenabstände meist deutlich weiter. Die Haken in einer Felsroute sind meist so gesetzt, dass man sie von einem guten Griff unterhalb einer schwierigeren Passage (leider oft: gerade noch) einhängen kann. Auf keinen Fall sollte man draußen nach dem Indoor-Prinzip verfahren, die Haken erst in Hüft- bis Schulterhöhe einzuhängen. Das kann mitunter sehr gefährlich sein. Zusätzlich ist am Fels zu beachten, dass man die Exen selber mitführen und einhängen muss.

Verdrehte Exen vermeiden

Wer richtig clippt, hat keine verdrehten Exen (siehe Bild mit der Beschriftung »falsch«). Das schaut nicht nur besser aus, sondern minimiert die Gefahr, dass sich das Seil im Sturzfall aushängt. Wie das geht? Dazu schaue man auf das linke Bild: Die Kletterin clippt die Exe »von innen nach außen« – das Seil des Sichernden führt von der Wandseite des Karabiners nach außen und dann zum Knoten am Klettergurt.

Exe richtig einhängen

Am Fels ist das sowieso normal, aber auch an manchen künstlichen Wänden kommt es vor: Exen selber einhängen. In der Regel ist es egal, in welche Richtung die Schnapper zeigen. Außer in einem Fall: Wenn nach dem Haken eine Querung folgt, sollte der obere Karabiner der Exe in die entgegengesetzte Richtung zu dieser Querung zeigen. Im linken Bild wurde das falsch gemacht, das rechte Bild zeigt die mögliche Konsequenz: Beim Weiterklettern dreht sich die Exe nach oben und hängt sich aus. Auf diese Weise sind schon mehrere Unfälle passiert. Also nochmal: Der Schnapper des oberen Karabiners einer Exe muss immer von der nachfolgenden Querung wegzeigen.

Beim Clippen richtig sichern

Nicht nur der Vorsteiger hat beim Clippen reichlich zu tun: Der Sichernde ist ebenfalls gefordert. Zum einen ist es wichtig, dass der Kletternde beim Seil-hochziehen genügend Seil hat – Seilwiderstand ist in dieser Situation sehr ärgerlich und verzögert das Clippen. Also unbedingt aufmerksam sichern und schnell Seil ausgeben! Zum anderen sollte der Sichernde das Seil schnell wieder einziehen, wenn der Vorsteiger das Seil beim Clippen fallen lässt.

Denn nicht selten folgt auf eine solche Fehlaktion ein Sturz. Zur Beschleunigung des Seileinziehens kann es in manch brenzlicher Situation sinnvoll sein, ein paar Schritte nach hinten zu tun.