

Inhaltsverzeichnis

Zur Konzeption dieser Lehrschrift	5
Wissenswertes zu Beginn	9
Zu den Voraussetzungen	10
Sicherungstechnische Ausrüstung	14
Übrige Ausrüstung	25
Die Praxis auf dem Klettersteig	30
Zusätzliche Seilsicherung	36
Was tun, wenn die Armkraft nachlässt?	42
Was tun, wenn die Klettersteigbremse dynamisch gewirkt hat?	45
Schwierigkeitsbewertung	46
Körperliche Fitness	50
Gefahren durch Steinschlag	52
Gefahren durch Blitzschlag	56
Mit Kindern	62
Handy am Berg	66
Zwei unterschiedliche Klettersteigstile	68
Wie sicher sind Klettersteige?	71
Normprüfung	77