

Einleitung 6

Basics 11

 Verhältnisse 12

 Gelände 15

 Faktor Mensch 15

 Risikoabschätzung und
 Risikoreduktion 18

Schnee und Lawinen 21

 Schnee und seine
 Struktur 21

 Schneeuwandlung 24

 Schneedecke 28

 Schwachsichten 30

 Lawinenbildung und
 Lawinenarten 30

 Sommerlawinen 42

**Äußere Einflüsse auf
 die Schneedecke** 45

 Wetter 45

 Gelände 59

 Mensch 64

**Typische Lawinensituationen –
 die vier Muster** 69

 Neuschneesituation 70

 Tribschneesituation 76

 Nassschneesituation 82

 Altschneesituation 85

 Günstige Situationen 91

 Zusammenfassung 95

Gefahrenstufen und Lawinenlagebericht	97	Beurteilungs- und Entscheidungsrahmen 3x3	147
Europäische Lawinengefahrenstufenskala	97	Beurteilungshilfen	157
Lawinenlagebericht	104	Entscheiden	162
Zusatzprodukte	107	Verhalten	164
 		Freeride	167
Unterwegs beobachten und beurteilen	109	Besonderheiten des Variantenfahrens	167
Beobachten	109	Informationsmöglichkeiten für Freerider	170
Schneedeckenaufbau und Schneedeckentests	117	3x3 und GRM fürs Variantenfahren	172
Geländebeurteilung	122	 	
 		Lawinenunfall/Rettung	177
Faktor Mensch	127	Ausrüstung	177
Entscheidungen und Handlungen	127	Rettung	180
Äußere und innere Einflüsse auf das Risikoverhalten	128	Bergung	186
Fehlerquellen	131	Erste Hilfe beim Lawinenunfall	187
Strategien zur Reduktion der Fehleranfälligkeit	136	Luftrettung	188
Risiko einschätzen – Entscheiden – Verhalten	145	Anhang	
Prozessdenken und Risikodenken	146	Literaturverzeichnis	190
		Register	191
		Impressum	192