




## Schwierigkeitsbewertung für alle Programme und Reisen des DAV Summit Clubs

Die Schwierigkeit einer Route oder Gipfelbesteigung lässt sich, so praktisch das auch wäre, mit einem einzigen Begriff oder Symbol oft nicht ausreichend exakt beschreiben. Deshalb unterscheiden wir zwischen

- ▶ **Anforderungen an das technische Können**
- ▶ **Anforderungen an die körperliche Leistungsfähigkeit, spricht Kondition**

Der DAV Summit Club verwendet für die Klassifizierung seiner sämtlichen Programme – vom Ausbildungskurs in den Alpen bis zur Expedition – sein bewährtes Bergspitzen-System.

Die Anzahl der Spitzen  veranschaulicht auf einen Blick die Anforderungen der einzelnen Touren bzw. Reisen. Das erleichtert Ihnen die richtige Wahl. Bergsteigen lässt sich – wie jeder Natursport – kaum in exakte und dauerhafte Kategorien einordnen. Verstehen Sie bitte deshalb unsere Bewertungen als wichtige Orientierungshilfe, die aber aktuelle Ereignisse wie einen Schlechtwettereinbruch oder Schneemangel nicht berücksichtigen kann.

Im systematisch aufgebauten Ausbildungsprogramm des DAV Summit Clubs können Sie alle erforderlichen alpinen Techniken erlernen, vor Ort anwenden und üben. Wir bieten Ihnen für jede Anforderung den richtigen Kurs.

Konditionelle Anforderungen	Technik 
Die entscheidenden Anforderungen an die Kondition ergeben sich aus der Zeitdauer und Höhenlage der Etappen, wie in unten stehender Tabelle dargestellt. Größere, vom Durchschnitt erheblich abweichende Höhenunterschiede werden in der Bewertung zusätzlich berücksichtigt.	
<b>Durchschnittliche tägliche Gehzeiten (bei Mountainbike-Touren Fahrzeiten) in Stunden</b>	
<b>Bis sechs Stunden</b>	bis 3000 m  bis 5000 m  über 5000 m 
<b>Bis acht Stunden</b>	bis 3000 m  bis 5000 m  über 5000 m 
<b>Bis zehn Stunden und länger</b>	bis 3000 m  bis 5000 m  über 5000 m 
Überwiegende Höhenlage der Etappen in Meter über Meereshöhe	



Foto: Bernd Ritschel



Foto: Archiv DAV Summit Club

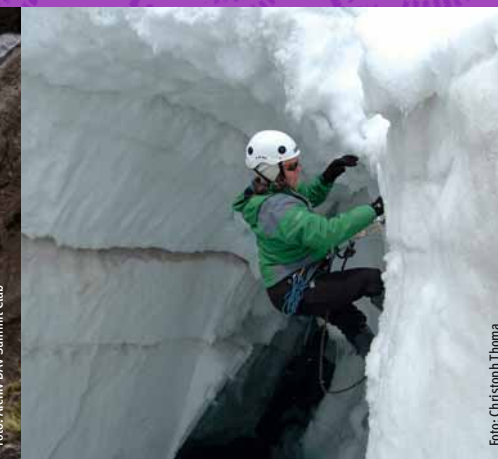


Foto: Christoph Thoma



Foto: Norbert Eisele-Hein

Technische Voraussetzungen	Technik ▲	Technik ▲▲	Technik ▲▲▲	Technik ▲▲▲▲	Technik ▲▲▲▲▲
<b>Bergwanderungen</b> <b>Hochtouren</b> <b>Trekking</b> <b>Expeditionen</b>		<p>Sie begehen grundsätzlich nur feste Wege oder Pfade bzw. befestigte Steiganlagen – in Ausnahmefällen flache, spaltenarme Gletscherpassagen – die von jedem geübten, trittsicheren und schwindelfreien Bergwanderer bewältigt werden können.</p>	<p>Sie bewegen sich überwiegend auf festen Wegen und Steiganlagen, gelegentliche weglose Passagen und exponierte Steige setzen Trittsicherheit und Schwindelfreiheit voraus. Gipfelanstiege stellenweise mit Blockgelände im 1. Grad. In Ausnahmen über flache Gletscher, die je nach Verhältnissen aus Sicherheitsgründen am Seil bzw. mit Leichtsteigeisen zu begehen sind.</p>	<p>Sie steigen auf gletscherfreie und vergletscherte Gipfel über gestufte, stellenweise ausgesetzte (steil abfallendes Gelände) Fels- und Firngrate, die teilweise auch leichtes Klettern im 1. bis 2. Grad und das Gehen mit Steigeisen bis zu 30 Grad Neigung erfordern.</p>	<p>Es erwarten Sie schwierige Anstiege auf meist vergletscherte Gipfel über teilweise steile Flanken und Grate bis 45 Grad, die das sichere Beherrschen der Steigeisentechnik und Klettern im 2. bis 3. Grad voraussetzen.</p>
<b>Klettersteige</b>		<p>Wandergelände mit versicherten, exponierten Stellen (A).</p>	<p>Steileres Felsgelände mit Leitern und Stahlseilen (B).</p>	<p>Steiles Felsgelände mit längeren senkrechten Passagen und leicht überhängenden Leitern (C).</p>	<p>Durchgehend senkrechter Fels mit wenigen Rastpunkten, oft nur ein Drahtseil und Trittstifte (D).</p>
<b>Schneeschuhtouren</b>		<p>Sie sind im winterlich verschneiten, weglosen Gelände mäßiger Neigung (Steilheit) unterwegs, das allerdings hin und wieder Trittsicherheit erfordert.</p>	<p>Sie steigen im verschneiten Hochgebirge auf Gipfel mit mittlerer Neigung (Steilheit), die ein gewisses Maß an Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern.</p>	<p>Sie überqueren hohe Alpenpässe, bewegen sich auf Gletschern und steigen auf hochalpine Gipfel, die je nach Schneelage im oberen Bereich auch mal das Gehen mit Leichtsteigeisen bis ca. 30 Grad Neigung erfordern.</p>	
<b>Ski-Plus Skitouren</b>		<p><b>Aufstieg:</b> keine Kenntnisse erforderlich  <b>Abfahrt:</b> Sie fahren Kurven auf allen Pisten in paralleler Skistellung. In steilerem Gelände wird der Bergski zum Kurvenwechsel auch ausgestemmt.</p>	<p><b>Aufstieg:</b> überwiegend in mäßig geneigtem Gelände, Trittsicherheit im gespurten Schnee.  <b>Abfahrt:</b> Sie fahren Kurven auf allen Pisten und jeder Schneeart (Beschaffenheit) in paralleler Skistellung.</p>	<p><b>Aufstieg:</b> Sie bewegen sich in mittelsteilem Gelände mit Spitzkehren in steileren Passagen und Gletscherbegehungen mit und ohne Seil.  <b>Abfahrt:</b> Sie fahren Kurven im Tiefschnee bei mittelsteilem Gelände in paralleler Skistellung, aus Sicherheitsgründen gelegentlich in der Spur des Bergführers.</p>	<p><b>Aufstieg:</b> Sie bewegen sich in hochalpinem, steilem Gelände mit Harscheisen und teils am Seil, Gipfelbegehungen mit Steigeisen.  <b>Abfahrt:</b> Sie fahren Kurven im Tiefschnee bei jeder Schneeart und steilem Gelände in paralleler Skistellung.</p>
<b>Mountainbike</b>		<p>Sie können Rad fahren, müssen aber keine Erfahrung mit dem Mountainbike haben. Fahrtechnische Anforderungen werden nicht gestellt.</p>	<p>Sie haben bereits Erfahrung mit dem Mountainbike und beherrschen das Schalten und Bremsen. Das Fahren auf Sand- und Feldwegen ist Ihnen vertraut. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind erforderlich.</p>	<p>Sie beherrschen Ihr Mountainbike auch unter kurzfristig erhöhten fahrtechnischen Anforderungen. Das sportliche Fahren auch auf Schotterwegen und Pfaden bereitet Ihnen keine Schwierigkeiten. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind für kurze Schiebe- und Tragepassagen erforderlich.</p>	<p>Sie beherrschen Ihr Mountainbike auch bei längeren und höheren fahrtechnischen Anforderungen. Sportliches Trial-Fahren auch im leichten Blockgelände, stellt für Sie kein Hindernis dar. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind für längere Schiebe- und Tragepassagen erforderlich.</p>
<b>Ausbildung</b>		<p><b>Winter:</b> Trainings- und Tiefschneekurs Leistungsklasse 1, Ausbildung Schneeschuhgehen, Lawinenkurs, Sicherheitstag  <b>Sommer:</b> Alpiner Basiskurs, Klettersteigkurs, Familienprogramm, Mountainbike für Einsteiger</p>	<p><b>Winter:</b> Trainings- und Tiefschneekurs Leistungsklasse 2, kombinierter Tiefschnee- und Skitourenkurs  <b>Sommer:</b> Grundkurse Fels/Eis, Familienprogramm, Hochtourentrainingswochen, Mountainbike für Fortgeschrittene</p>	<p><b>Winter:</b> Aufbaukurs Skihochtouren  <b>Sommer:</b> Aufbaukurse Fels/Eis, alpine Klettertrainingswochen</p>	<p><b>Winter:</b> Fortbildungskurs Skihochtouren  <b>Sommer:</b> Fortbildungskurse Fels/Eis</p>