

FSP BlueLiner kommentiert: Sicherheit und Risiken bei alpinen Lauf- und Sportveranstaltungen

Bild und Text von Michael Fürer, DUV Förderstützpunkt BlueLiner Wolfenbüttel



Matterhorn, gesehen von Höhbalmen, oberhalb Zermatt (Wallis, CH)

Ich wünsche allen Berg- und Langstreckenläufern /-innen ein erfolgreiches und vor allem gesundes Laufjahr 2020!

Mein Artikel ist beziehend zu dem Bericht (Ultramarathon 3-2019) über den Unglücksfall (Blitzschlag) beim Südtirol-Ultra-Skyrace 2019. Die Betroffenheit des Autors über das erlebte kann ich nachvollziehen und meine Gedanken sind ebenso bei der betroffenen Familie von Silje Fismen (Norwegen). Die Bedingungen am Tag des Unglücks kann ich nicht abschließend beurteilen, da ich nicht vor Ort war.

Allerdings meine ich aus eigenen Erfahrungen – kein Veranstalter eines alpinen Sportevents, wie einem Ultraberglauf oder Skyrace, kann für absolute Sicherheit und Unversehrtheit der Teilnehmer/-innen garantieren. Dann dürfte so ein Wettkampf schlichtweg nicht stattfinden. Jede(r) Teilnehmer/in muss sich eines gewissen,

selbst zu tragenden Risikos bei so einem Lauf bewusst sein. Das unterschreibt man gewöhnlich auch mit der Anmeldung.

Ich bin Ende der 90-er Jahre über den Alpinismus zum Berglaufen, später Ultralaufen gekommen und betrachte die Situation daher aus einer anderen Richtung, nämlich vordergründig als Alpinist. Wer „in die Berge geht“, in alpines oder hochalpines Gelände – setzt sich meiner persönlichen Meinung nach (und auch diverser Autoren von alpiner Fach- und Schulungsliteratur) wissentlich einem gewissen Risiko aus. Man kann es auch als das unvermeidliche Restrisiko bezeichnen. Gerade in den heutigen Zeiten des Klimawandels mit Gletscherrückgang, auftauendem alpinen Permafrost und häufigerem Extremwetter.

Alpine Risiken unterteilt man grundsätzlich in subjektive und objektive Gefahren. Die subjek-

tive Gefahr bin ich selbst – falsche Selbsteinschätzung, Überschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit oder des körperlichen Zustandes gehören dazu. Mangelnde Tourvorbereitung oder fehlende Ausrüstung verstärken das subjektive Risiko. Daraus kann man schließen, dass das subjektive Risiko fast auf Null reduziert werden kann mit Vernunft und entsprechender Vorbereitung. Die verbleibenden „null Komma Prozente“ sind plötzlich auftretende Erkrankungen oder bis dahin unerkannte organische Schwächen, die vielleicht erst in bestimmten Höhenlagen oder bei großen Belastungen auftreten. Deshalb – vorsichtig herantasten an alpine Herausforderungen und ggf. genügend Akklimatisation einplanen. Auch einen medizinischen Check, vor allem Herz, Lunge etc. betreffend kann ich nur nahelegen.

Die objektiven Gefahren wiederum kommen von der Natur, den Bergen selbst und dem Wetter. Auch hier zählt gewissenhafte Vorbereitung zum unbedingten Muss, trotzdem kann man die objektiven Gefahren nie ganz auf Null reduzieren. Dazu zählen Steinschläge, Fels- und Bergstürze, Gewitter, Starkregen, Schneefälle, Lawinen, Nebel, Sturm usw.

Einige aktuellere Beispiele:

19.02.2019, Crans Montana, Schweiz: Lawinenabgang auf eine gesicherte Ski-Piste, mehrere Menschen werden verschüttet, ein Pistenkontrollleur kann nur noch tot geborgen werden. Auch im Winter 2019/20 gab es bereits wieder ähnliche Vorfälle.

24.07.2019, Zermatt, Schweiz: Ein Schweizer Bergführer und sein Gast aus Chile stürzen am Matterhorn mit einem Felssturz am Hörnligrat tödlich ab (Nullgradgrenze tagelang über 4000m, auftauender Permafrost, ein Stück der sogenannten Normalroute brach aus).

23.08.2017, Piz Cengalo, Bergell, Schweiz: Acht Wanderer sterben unter den Felsmassen eines Bergsturzes. Die Bergsturzgefahr war lange bekannt, jedoch das Ausmaß mit drei Millionen

Kubikmetern hat auch Fachleute und Geologen überrascht.

Ursache bei allen Unglücken: Die objektiven, nicht auszuschließenden Gefahren im Hochgebirge, welche mit zunehmender Erwärmung immer häufiger werden.

Weder Pistenarbeiter oder Bergführer noch Gast und alpine Wanderer dürften aufgebrochen sein mit der „Gewissheit“, dabei ums Leben zu kommen. Alle suchten die Herausforderung und Erholung in den Bergen. Sehr wahrscheinlich gibt es in Zukunft eine Verschiebung der alpinen Hauptsaison für Wanderer, Läufer und Alpinisten aus dem Hochsommer heraus in Richtung Herbst bzw. vorher ins Frühjahr. Immer mehr Bergregionen und bekannte alpine Routen leiden unter den „Hitzesommern“ und müssen dann zeitweise verändert (Wegführung) oder ganz gesperrt werden.

Stolpern, Stürze und Abstürze in alpinem Gelände können auch einem Läufer widerfahren. Steinschlag und Felsabbrüche können durch den Klimawandel heute an Stellen passieren, wo Jahrzehnte oder Jahrhunderte lang nie etwas Vergleichbares stattgefunden hat.

Seit Beginn der 90-er Jahre bin ich regelmäßig in den Sommermonaten in Zermatt (Wallis, Schweiz), es werden nun bald drei Jahrzehnte. Im Laufe der Jahre konnten sich viele Freundschaften und Bekanntschaften mit Einheimischen entwickeln. Vom Bergführer und Campingplatzbetreiber bis hin zu Gastronomieangestellten oder Mitarbeitern der Air Zermatt. So makaber es klingt – Verletzungen und Tod gehören in den Alpen häufig zum Alltag.

Die Air Zermatt flog im Oktober 2019 ihren 50000sten Rettungseinsatz (seit Gründung 1968). Ob es Gleitschirmpiloten sind, Bergsteiger oder einfache Wanderer – die z.B. auf feuchtem Gras ausrutschen und in die Tiefe stürzen. Kaum einer von ihnen ist wohl mit der Absicht in den Urlaub gefahren „sich umzubringen“ – man nimmt jedoch das Risiko mehr oder weni-

ger bewusst in Kauf. Sicher ist oft auch etwas Leichtsinns im Spiel oder der Gedanke „im Notfall holen mich die Bergretter schon raus“. Allgemein führt die immer bessere Ausrüstung auch zu mehr Risikobereitschaft und manche vergessen unter Kilos von teurer Ausrüstung und mit dem Handy in der Jacke ihre eigenen subjektiven Grenzen!

Ich habe es erlebt, dass Zelte auf dem Campingplatz von der Polizei abgebaut wurden, weil deren „Eigentümer“ nicht vom Berg zurückgekehrt sind. Auch gute Freunde hatten – zum Glück – nur Unfälle mit Verletzungen und erfolgreicher Rettung sowie Genesung. Diese Freunde sind keinesfalls Draufgänger, sondern teilweise in ihren Heimatländern anerkannte und erfolgreiche Alpinisten oder Sportler. Trotzdem kann es in den Bergen immer und jederzeit zu gefährlichen Situationen kommen – das kann kein Veranstalter ausschließen.

Vergangenes Jahr bin ich in Zermatt beim Matterhorn Ultraks Extreme Skyrace gestartet, „nur“ 25 Kilometer mit rund 2700 Höhenmetern, kreierte von Zermatter Bergführern in

überwiegend weglosem hochalpinem Gelände über Felsgrate, Gletscher und Schuttmoränen. Da ich bergab jedoch zu vorsichtig und somit nicht schnell genug unterwegs war, bin ich im Zeitlimit auf der Rothornhütte in 3200 m NN „hängen“ geblieben und musste später „nur noch“ ohne Wertung runter laufen ins Tal. Hier hatten die Veranstalter im Voraus darauf hingewiesen, dass der Lauf auf der Originalstrecke nur stattfinden kann, wenn die Helikopter der Air Zermatt jeden Punkt der Strecke ungefährdet (durch Wolken/Wind etc.) anfliegen können. Daraus sieht man schon, dass man sich der Gefährlichkeit der Strecke bewusst ist und Unfälle „möglich“ sind.

Der Veranstalter will hier rasche Reaktion der Rettungsteams garantieren. Vorfälle mit Verletzungen bei Teilnehmern ausschließen kann man nämlich nicht. Es gab dann auch einige (übliche) Stürze mit Prellungen und Abschürfungen.

Einige mir bekannte Wander- und Laufstrecken in der Umgebung Zermatts gibt es nicht mehr – zum Beispiel die originale und international be-



Helikopter Air Zermatt, im Hintergrund der Rothornhütte (Wallis, CH)

kannte Matterhornlauf-Strecke. Sie musste vor einigen Jahren wegen Hangrutschungen und Steinschlägen gesperrt werden.

Anfang der 80-er Jahre wurde mein Vater in der Hohen Tatra (Polen/Slowakei) vom Blitz getroffen, er überlebte mit Verbrennungen. Damals kam die Wettervorhersage noch aus Radio oder Zeitung, ohne Regenradar und Wetter-Apps. Auch ich bin schon in alpine Gewitter geraten und konnte die Nähe der Blitze spüren, auf Grund der elektrisierten Umgebung und den vorausgehenden kleineren Vorentladungen vom Boden zur Wolke bzw. ist man „da oben“ ja oft selbst in den Wolken. Einmal waren wir auf dem Rückweg von einem 4000-er (Castor) bei Zermatt, noch auf 3800m Höhe kamen wir ins (angekündigte) Gewitter, wir waren zu spät dran und haben damals „etwas“ Lehrgeld bezahlt.

Heute mit bald 50, werde auch ich immer vorsichtiger und zurückhaltender bei meinen Touren und Läufen. Mit Anfang 20 war man draufgängerischer unterwegs und oft habe ich in den Alpen einfach nur Glück gehabt, dass das „Restrisiko“ nicht zugeschlagen hat.

Über das Thema Gewitter, vor allem in den Bergen, könnte ich mich als ehrenamtlicher Mitarbeiter des Deutschen Wetterdienstes und Hobbymeteorologe nun noch seitenlang auslassen, aber das geht zu weit. Von Mai bis Juli oder mittlerweile auch August ist in den gesamten Alpen „Gewittersaison“ – die Vorhersagen werden immer besser und trotzdem können durch orografische Gegebenheiten und Luftströmungen in den Bergen auch punktuell und plötzlich jederzeit Gewitter auftreten. Ohne Ankündigung. Da hilft nur Kenntnis von Wolkenarten und meteorologischer Vorgänge vor/während der Entwicklung von Gewittern (es gibt z.B. Ratgeber Bergwetter als Taschenbuch).

Gewitter können in den Bergen innerhalb von Minuten aus harmlosen „Blumenkohlwolken“ entstehen und genauso schnell wieder verschwinden Blitze können auch weiter entfernt von einer Gewitterzelle bei blauem Himmel und Sonnenschein auftreten, seitlich aus den Wolken heraus. Das habe ich bei Wolfenbüttel selbst im Flachland schon gesehen. In den Bergen ist es wegen der Exponiertheit des Standortes sowieso noch gefährlicher.



Streckenmarkierungen und Läufer am Anstieg zum Unter Gabelhorn (Wallis, CH)

Was soll der Veranstalter also im Sommer in den Alpen machen? Theoretisch dürften dann Bergläufe nur bei stabilem Hochdruckwetter ohne viel Luftfeuchtigkeit und Konvergenzen (Winde aus unterschiedlichen Richtungen ...) stattfinden. Das würde Rennen in den Südalpen, also südlich des Alpenhauptkammes (häufige Anströmung vom Mittelmeer mit warmer, feuchter Luft) faktisch ausschließen. Oder man würde sich anmelden, trainieren und hinfahren mit hoher Wahrscheinlichkeit für eine Absage.

Ich bin viermal an der Zugspitze gestartet – zweimal beim Extremberglauf und zweimal beim Scott Rock The Top Zugspitzmarathon – nur einmal war das Ziel auf dem Gipfel, sonst wegen Gewittergefahr im Tagesverlauf auf Sonnalpin vorverlegt (Zugspitzplatt) oder einmal (2016) ganz abgebrochen. 2017 – bei der letzten Ausgabe des Zugspitzmarathons – fuhr ich zum Abend mit dem Streckenchef (Plan B Event, u. a. ZUT Organisator) gemeinsam in der Tiroler Zugspitzbahn zu Tal. Wir hatten aufschlussreiche Gespräche – über Freud und Leid so eines Streckenchefs bei einem Berglauf. Er sagte sinngemäß – wie man es macht, ist es am Ende falsch. Sagt er das Rennen ab oder unterbricht – schimpfen die Läufer später, wenn kein (schlimmes) Gewitter oder ein Wetterumschwung stattfand, wie z. B. bei dem Abbruch 2016. Schließlich haben sie trainiert, bezahlt, das Hotel, die Anreise usw. und Urlaub genommen. Sagt er nicht ab und einer wird verletzt oder schlimmer – steht er vor Gericht und in den Zeitungen. Ich persönlich hätte aktuell keine Lust auf eine solche Organisation oder Verantwortung in alpinem Gelände, ziehe aber ausdrücklich meinen Hut vor dieser ehrenamtlichen Leistung und Verantwortung für unseren Sport!

Fazit hier – vier Mal an der Zugspitze gestartet, davon drei Abbrüche oder Zielverlegungen wegen Gewittergefahr – und alle drei „Vorsichtsmaßnahmen“ im Nachhinein ohne Gewitter. Natürlich ist man gerade an der Zugspitze nach den unglücklichen Ereignissen von 2008 (Tote und Verletzte durch Wetter-/Temperatursturz) besonders vorsichtig geworden.

Selbst hier „vor meiner Tür“ im Harz gab es nun schon gelegentliche Diskussionen unter Läufern – kann man im absterbenden Oberharz mit seinen toten Bäumen an den Wegen überhaupt noch Brockenlauf, Harzgebirgslauf oder Harzquerung unverändert stattfinden lassen?

Nach zwei Jahren Trockenheit sind auch Buchen und Eichen – also die Laubbäume – in kritischem Zustand, nicht nur die Fichten. Der Nationalpark weist mit Schildern darauf hin, dass durch herabfallende Äste oder ganze Baumkronen Gefahr für Leib und Leben besteht und jeder auf „eigene Gefahr“ im Nationalpark Harz und den Wäldern unterwegs ist.

Mir ist diese Gefahr bewusst. Auch bei absoluter Windstille können Teile von Bäumen abbrechen – das habe ich im Februar 2019 in der Nähe von Schierke erlebt, als im Nebel und bei leichtem Regen plötzlich das obere Drittel einer Fichte krachend in den Wald fiel: neben den Weg, wo ich Sekunden zuvor gelaufen bin und andere Wanderer auch. Das ist das Risiko, das ich als Läufer im Harz mittlerweile kenne und auch eingehe. Ich versuche es durch aufmerksame Beobachtung der Umgebung zu minimieren. Mittlerweile wurden auch die Randbereiche der Wege weitestgehend vom stehenden Totholz geräumt.

Also wie in den Alpen – es gibt keine hundertprozentige Sicherheit. Der einzelne Teilnehmer muss sich im Vorfeld dazu Gedanken machen und seine persönlichen Konsequenzen daraus ziehen, eventuell auch auf einen Start verzichten – obwohl der Lauf stattfindet.

Der Veranstalter kann nicht auf einer alpinen Strecke über 50+ oder 100+ Kilometer vollumfänglich „für mich sorgen“ – jeder sollte genug Wissen (besonderes alpines Wetter etc.) und Sicherheit (durch Kleidung / Ausrüstung etc.) mitbringen. Der Veranstalter kann an den Kontroll- und Verpflegungspunkten agieren und ggf. reagieren. Dazwischen sind die Läufer meist auf sich gestellt – auch wegen teilweise fehlender Mobilfunkabdeckung im Gebirge.

Vom dritten Oktoberwochenende kann man Internet-Videos vom Abschluss der Skyrunner-Worldseries 2019 in Limone sul Garda anschauen. Die Läufe fanden teilweise bei Starkregen statt, die Bedingungen waren sehr schwierig. Ein Ausrutscher an der falschen Stelle in den Felswänden oberhalb des Gardasees und es kann Schlimmstes passieren. Das persönliche Risiko kann einem wirklich kein Veranstalter abnehmen.

Die Bedingungen beim eingangs genannten Südtirol-Ultra-Skyrace kann ich im Nachhinein nicht einschätzen. Vielleicht hätte der Veranstalter früher abbrechen müssen (ein Abbruch ist ja erfolgt)? Wären dann alle Läufer/-innen rechtzeitig in sicheres Gelände oder Unterstände gekommen? Hätten alle Teilnehmer den Abbruch akzeptiert und entsprechend befolgt?

Kein Veranstalter wird eine alpine Laufveranstaltung bewusst in eine Katastrophe laufen lassen. Jeder agiert hier nach bestem Gewissen und Wissen.

Und es kann keine abschließende Garantie oder Sicherheit für die Unversehrtheit der Teilnehmer gegeben werden. Da hat jede(r) Läufer(-in) einen eigenen Anteil zu leisten, mit Achtung und Respekt vor der alpinen Natur und mit offenen Augen für Veränderungen in der Landschaft oder beim Wetter.

Für den Mai 2020 habe ich einen Startplatz beim Transvulcania-Ultralauf (75km) über die Insel La Palma entlang der „Routa de Los Volcanes“. Der Lauf findet realistisch betrachtet auf einem aktiven Vulkan statt, die letzten Ausbrüche waren erst 1949 und 1971 – geologisch gesehen ganz kleine „Augenblicke“ im Erdzeitalter.



Abgestorbene Bäume im Harz, unterhalb des Brockens im Dezember 2019

So wie der Veranstalter und das Vulkanologische Institut der Kanaren gehe auch ich davon aus, dass sich neue vulkanische Aktivitäten rechtzeitig ankündigen, Wochen oder Monate im Voraus. Hundertprozentige Sicherheit kann mir jedoch auch hier keiner geben und das erwarte ich auch nicht.

Zum Abschluss ein Zitat von Reinhold Messner, welches er in einem Interview zu seinem 75. Geburtstag erst kürzlich äußerte: „Ich bin eher ein ängstlicher, ein vorsichtiger Mensch und habe eine eigene Philosophie, was die Angst angeht – sie ist das Korrektiv, das uns sagt: Bis hierher und nicht weiter. Nur weil ich Angst habe, brauche ich Mut. Und nur wenn die Beiden im Gleichgewicht sind, kann ich losgehen.“

Meinungen und Reaktionen gern an fuerer@lc-blueliner.de

