



powder guide

>>> die den weißen Rausch träumen

lawinen

risiko_check für freerider

Tobias Kurzeder _ Holger Feist _ Patrick Reimann _ Peter Oster

Tyrolia-Verlag : Innsbruck-Wien



: Inhalt

vorab : Traum und Alptraum **04** | Intro **08**

>> **kapitel 1 : Der Berg**

Lawinen und die Alpen **11** | Freeride-Grundregeln **13** | Hangneigung **15**
| Hangexpositionen **15** | Hangformen **16**

>> **kapitel 2 : Schnee- und Lawinenkunde**

Schneearten **20** | die Schneedecke **23** | Umwandlung durch Wind und Druck **23** |
Schneesterne werden Schneekörner **24** | Schneekörner werden Becherkristalle **25** |
die Schmelzumwandlung **27** | Lawinenkunde **28** | Lockerschneelawinen **31** |
Schneebrettlawinen **32** | Wind : Baumeister der Schneebretter **34** | Wetter und
Lawinengefahr **38**

>> **kapitel 3 : Risiko-Check**

Sicherheit und Spaß : geht das? **48** | Warnzeichen bei Lawinengefahr **49** |
Freerider als Lawinenauslöser **50** | Gruppenzwang **51** | Der typische Lawinengang !
Der Lawinenlagebericht **53** | Die europäische Lawinengefahrenskala **54** | Interpreta-
des Lawinenlageberichts **55** | Risikomanagement nach Werner Munter **56** |
Die 3x3-Filtermethode **57** | Die Reduktionsmethode : „Entscheiden in kritischen
Situationen“ **61** | Entscheidungsfindung : to go ... or not to go! **63**

>> **kapitel 4 : Ausrüstung für Freerider**

Snowboard **71** | Bindung/Boots **71** | Bekleidung **71** | Lawinenverschüttetensuchgerä-
| Lawinenschaufel **74** | Lawinensonde **74** | Erste-Hilfe- und Notfallausrüstung **75** |
Tourenausrüstung **79** | Zusatzausrüstung **85**

>> kapitel 5

: Maßnahmen bei einem Lawinenunfall

Verhalten in einer Lawine **87** | Kameradenhilfe **89** | Suche nach einem Verschütteten **90** | Ausgraben und Rettung eines Verschütteten **93** | organisierte Rettung **94** | Erste Hilfe **96**

>> kapitel 6

: Smartes Freeriding und angewandte Lawinenkunde

Basic to Top **106** | Geländebeurteilung **107** | Fahren in unterschiedlichem Schnee und Gelände **108** | Earn your turn – Hiken **113** | Hiken mit Schneeschuhen **114** | Die Freeride-Seasons **115** | Die Sonne : Spielverderber und Spaßmacher **118** | Die Karte : Planung und Durchführung von Touren **118**

>> kapitel 7

: Noch mehr Infos für Freerider

Freeriding und Umweltschutz **128** | Der Kampf gegen Lawinen **130** | Lawinenunfälle und [Straf-]Recht **131** | falsche Vorbilder **135**

>> kapitel 8 : Freeriding = Denksport

Lawinen- und Freeridecamps **138** | Nachwort von Werner Munter **140**

>> kapitel 9 : Service und Anhang

Regionen der Alpen [Karte] **144** | Telefonnummern der Lawinenwarndienste **146** | Ausbildungsadressen **149** | Fachausdrücke **153** | Index [a-z] **154**