

WAKEN

ZEITUNG DER KLETTERGRUPPE – SEKTION HANNOVER DES DAV

NR. 4 – 3 / 75

Die KLETTERGRUPPE lädt ein :

^{10.} DO. 4.4.75 20.00 UHR

IM AV-HEIM ... HINÜBERSTRASSE

info - abend

Wie bei uns das Geld verteilt wird :

JUGENDETAT + TEILNEHMERTAGE

Der hier wiedergegebene Verteilungsmodus des Jugendétats ist eine Zusammenstellung der Beschlüsse des Jugendausschusses der Sektion Hannover und somit verbindlich für unsere Jugendgruppen. Notwendig wurden diese Regelungen, weil es in unserer Sektion nicht nur eine Jugendgruppe gibt und jede Gruppe naturgemäß soviel Geld wie möglich "abstauben" möchte. Die Etatverteilung richtet sich nicht nach der Gruppengröße, sondern wird folgendermaßen durchgeführt :

- 1.) Die Verteilung der Gelder erfolgt entsprechend der Aktivitäten der Gruppe.
- 2.) Gewertet werden diese Aktivitäten in "Teilnehmertagen".
- 3.) Die Teilnehmertage einer Gruppe werden wie folgt errechnet:
 - es werden nur die Aktivitäten der förderungsberechtigten Gruppenmitglieder gewertet (also bis max. zum 25. Lebensjahr).
 - Aktivitäten sind Betätigungen von mind. zwei Mitgliedern der jeweiligen Gruppe im Rahmen der Zielsetzung der entsprechenden Gruppe.
 - Wertung : Aktivitäten im Großraum Hannover (wegen der geringen Fahrtkosten, keine Übernachtung, etc.) = pro Teilnehmer/pro Tag = 0,5 TNT
 - Aktivitäten außerhalb Hannovers = pro Teilnehmer/pro Tag = 1,0 TNT
 - Beispiele : Fahren 8 Jugendgruppenmitglieder am Wochenende zum Klettern oder Skilaufen (2Tage), so ergibt dies 8 mal 2 = 16 Teilnehmertage. Oder feiert eine Gruppe im AV-Heim in Hannover ihren Gruppenfasching mit 28 Mitgliedern, so ergibt dies 28 mal 0,5 = 14 TNT, (entsprechend wird auch der Gruppenabend gewertet)
- 4.) Jugendliche, die in mehreren Gruppen Mitglied sind, entscheiden bei welcher Gruppe ihre TNT gewertet werden sollen.
- 5.) Aktivitäten dürfen nicht zweifach von der Sektion gefördert werden.
Beispiel : Erhält eine Gruppe für eine Aktivität Zuschüsse von der Sektion oder einer ihrer Institutionen außerhalb des Jugendétats, so darf sie diese nicht mehr mitzählen um eine zweite Bezuschussung aus dem Jugendétat zu erwirken.
- 6.) Da der Jugendétat jeweils schon am Beginn des Jahres durch die Mitgliederversammlung bewilligt wird und dann ja die Teilnehmertage noch nicht genau vorausgesehen werden können, wurde folgende Regelung beschlossen :
Zwei Drittel des bewilligten Etat werden am Beginn des Jahres gemäß der vor-jährigen Aktivitäten verteilt. Gegen Ende des Jahres wird dann das letzte Drittel entsprechend der tatsächlichen Teilnehmertage ausgleichend aufgeteilt.

ROCHEFORT · GRAT

Wolfgang Meier

Im Sommer 1972 führte uns die Gruppenfahrt nach Charmonix. In der zweiten Woche haben wir die Tour zum Rochefort Grat gemacht.

Udo, Traudel, Volker und ich fuhren durch den Mont-Blanc-Tunnel nach Italien in die Ortschaft Entrèves, von dort mit der Seilbahn zur Turiner Hütte in 3323m Höhe.

Wir durchquerten einen Versorgungstunnel zur Heilbronner Hütte, in den etwa 300 Stufen geschlagen waren, die es leichter machten, die 50 Höhenmeter zu überwinden. Als wir oben ankamen mußten wir feststellen, daß die Hütte ein Skihotel war. Daraufhin kehrten wir zur Turiner Hütte zurück.

Hier erfuhren wir vom "Hüttenwirt" (ein etwa 12 Jahre alter Junge), daß alle Betten belegt seien. In der Wirtsstube erzählten uns Bergsteiger, daß sie in einem Raum noch 4 freie Betten gesehen hätten. Also gingen wir in die Schlafräume und haben unsere Rucksäcke auf den Betten verstaut. Es dauerte nicht lange bis der Hüttenwirt kam und die Rucksäcke wieder herunter nehmen wollte. Die Betten sollten von 4 Italienern, die bald eintreffen wollten, bestellt worden sein. Doch weil wir uns nicht verjagen ließen und die 4 Italiener auch nicht mehr kamen, konnten wir die Nacht im Bett verbringen. Morgens um 3³⁰Uhr standen wir auf. Nach einem kurzen Frühstück bestehend aus Tee, trockenem Brot, Käse und harter Mettwurst verließen wir um 4⁰⁰Uhr die Hütte. Da die Sonne gerade die Berge anstrahlte, wurden gleich vor der Hüttentür die ersten Fotos geschossen. Unser Weg führte durch das Col du Geant über den du Geant-Gletscher bis an die Aig. du Geant. Da die Schneedecke noch verharscht war, brachen wir nicht ein. In diesem Teil des Gletschers waren auch keine Spalten

zu erwarten und so kamen wir gut voran. Bis zur Aig. du Geant waren dann noch einige Kletterstellen zu überwinden, die uns aber keine Schwierigkeiten bereiteten. Unter der Aig. du Geant wurde noch eine kleine Rast eingelegt, dann ging es auf den Rochefort grat. Der etwa 2km lange Eisgrat lag vor uns. Die weit überhängenden Wächten ließen uns froh sein, wenn wir an ihnen vorüber waren. Der Grat ist gerade so breit, daß man einen Fuß vor den anderen setzen kann. Wenn man dann noch über eine Eiswand von etwa 65 Grad auf den 400m tiefer liegenden Gletscher des Piriacles schaut, kann man schon ein ungewohntes Gefühl in der Magengegend feststellen.

Da der Grat nicht senkrecht verläuft, sondern manchmal auch kleine An- und Abstiege zu bewältigen sind, wird die Angelegenheit noch reizvoller.

Nach etwa 1 Stunde erreichten wir den Dôme de Rochefort.

Der Rochefort Grat lag hinter uns. Nun hätte man noch den Dôme de Rochefort, eine "Dreier Tour", erklettern können.

Da wir aber an diesem Tag noch zur Elisabeth-Hütte wollten, verzichteten wir darauf.

Nach einer kurzen Rast gingen wir auf dem gleichen Weg zurück.

Beim Absteigen von der Aig. du Geant habe ich noch zwei Steine gefunden, die Flecken mit Bergkristallen aufwiesen.

Da ich die Kristalle dort nicht von den Steinen lösen konnte, habe ich sie erst einmal in meinem Rucksack verstaut.

Auf dem Rückweg über den Gletscher haben wir noch die Gondeln beobachtet, die von der Aig. du Midi zur Heilbronner Hütte und zurück fahren.

Wenn wir die entsprechende Ausrüstung gehabt hätten, hätten wir in der Nähe der Heilbronner Hütte skilaufen können, so beschränkten wir uns aufs Zuschauen. Als wir kurze Zeit

später die Seilbahnstation erreichten, glaubten wir unseren Augen nicht zu trauen. In einer Schlange standen dort etwa 350 Menschen, die wieder nach unten wollten. Also anstellen

und warten! Aus einer Seitentür kam plötzlich ein Mann und stellte sich etwa in die Mitte der Schlange. Da dieses Verhalten nicht unsere Zustimmung fand, fingen wir an, den Mann daraufhin anzusprechen. Der Herr lies aber nicht mit sich reden.

Er sagte auf italienisch nur immer, daß er uns strangulieren wolle. Etwa 1 Stunde später standen wir beim Auto, um zur Elisabeth-Hütte und zur nächsten Tour zu fahren. Den Rochefort Grat kann ich jedem empfehlen, es ist eine reizvolle Tour, die man bestimmt nicht so schnell vergißt.

FASCH..FULLY

'75

Samstag, 1. Februar 1975, 14⁵⁹Uhr, Beginn der großen Faschings--fully.

Am Start : 7 Gruppen mit insgesamt 42 Beinen. Die dazugehörigen Leiber werden weithin sichtbar gemacht durch große weite Überzieher (Mülltüten), lustig am Hals flatternde bunte Luftballons und kopfgrößengenormte Papierhüte à la Segelboot mit wehenden Kreppfahnen, die sich so herrlich um die Luftballons drehen.

Um die Unternehmungen nicht durch Ausrutscher zu gefährden, ist Anseilen Pflicht. Eine Gruppe fällt durch die besonders geschmackvolle Farbe ihres Seiles auf.

Zu guter Letzt füllt Regisseur Wilko jede dritte Hand mit einem frischen Hühnerei.

Dann hetzt er die Teilnehmer erbarmungslos auf die Fully-Piste. Natürlich sind Bärte und Brillen unentbehrliche Requisiten. Es ist einer guten Organisation zu verdanken, daß jeder Teilnehmer die Möglichkeit hat, sich welche zu schminken.

Da funkelneue Blechdosen zu schade zum wegwerfen sind, werden sie ans Bein gebunden, um eine leichtere Gangart zu ermöglichen. Dem Geübten gelingt es unschwer, anfängliche Schwierigkeiten zu überwinden.

Nachdem der Geruchssinn getestet ist, Sachverständiger Arndt sein Urteil über Töne abgegeben hat, die Hunden das Wasser in die Augen treibt, Hühner zum Eierlegen veranlaßt und im Dorf und in der ca. 400m entfernten Hütte das Publikum zum Rückzug in schallgedämpfte Räume treibt, kommen die Geschmacksnerven auf ihre Kosten.

Und nicht nur die! Das ist d i e Schlacht am süßen Büfett. Genußvolles Kauen ist nicht angebracht; da werden Negerküsse in den bald gar nicht mehr gefräßigen Schlund hineingestopft. Es erinnert etwas an das Gänsemästen, aber es gibt Mitwirkende, die mehr als das ihnen zustehende Quantum verdrücken können und wollen! Ihre "Mitesser" sehen sich von einer süßen Last befreit; und hier und da hört man die freundliche Aufforderung: "Nimm Dir noch einen, ich seh' Dich so gern essen."

Nicht jeder erfüllt die an ihn gestellten Erwartungen, Namen werden aber nicht genannt!

Scriptgirl Jutta überwacht die Ausführung und bekommt sogar als nette Aufmerksamkeit einen Negerkuss in die Hand gedrückt.

Wer zwischen Kau- und Schluckbewegungen zum Nachdenken kommt hat mehrere Möglichkeiten, sein Gehirn zu strapazieren.

Zum Beispiel fehlen noch 2-buchstabige Substantive, die Rechenaufgabe - ach hätt' ich doch 'nen Rechenschieber -, ist sie richtig gelöst?

Was meint der Wilko bloß mit : "Ein Neger mit Gazelle zagte im Regen nie"?

An dieser Aufgabe hat jeder zu knabbern. Allerdings gibt es auch leichte Kost. Es finden sich wohlbekannte Namen wie

Ata, Imi, Omo (Schleichwerbung ist nicht untersagt); die hübschen Namen Otto und Anna, Emma und Onno tauchen immer wieder auf. Wer denkt bei rot an Tor und bei Gras an Sarg?

Etwas Spürsinn und Ausdauer ist angebracht bei der Suche nach dem Bürgermeister des Dorfes. Gibt es ihn überhaupt?

Und wenn ja - Name und Alter!

Wer nun denkt die Fully hätte ihren Höhepunkt überschritten, unterliegt einem Irrtum.

Hat schon jemals jemand ein Kreuzworträtsel gebildet - mit klappernden Zähnen, klammen Fingern, kalten Füßen, einem undefinierbaren Gefühl im Magen, jodeln, bellen, gackern in den Ohren?

Bei dieser Fully kann er seine Premiere erleben!

Oder suchen die Sechsfüßler vielleicht zuerst ihr Heil im Wald? Auf leuchtend blauen Streifen winken an gar nicht

leicht zugänglichen Baumstämmen Zahlen, die zu addieren sind.

Dagegen ist das Gesuche nach versteckten Töpfen und deren

Inhalt ein Leichtes. Man braucht sich doch nur leichten

Schrittes (Blechbüchsen!) und ganz unauffällig im markierten

Gelände zu bewegen. Ein kurzes Bücken, ein Griff in den Topf -

aha, eine Seifendose (leider ohne Seife), Kamillencreme

(Neandertaler hatten keine) und eine leere Tasse (was soll

das? Ein volles Glas Bier ist mir lieber!).

Nach dieser letzten Aufgabe und der Endkontrolle der Eier,

Luftballons, Kreppstreifen an der vorteilhaften Kopfbe-

deckung werden die ausgefüllten Blätter dem Regisseur

förmlich aufgedrängt.

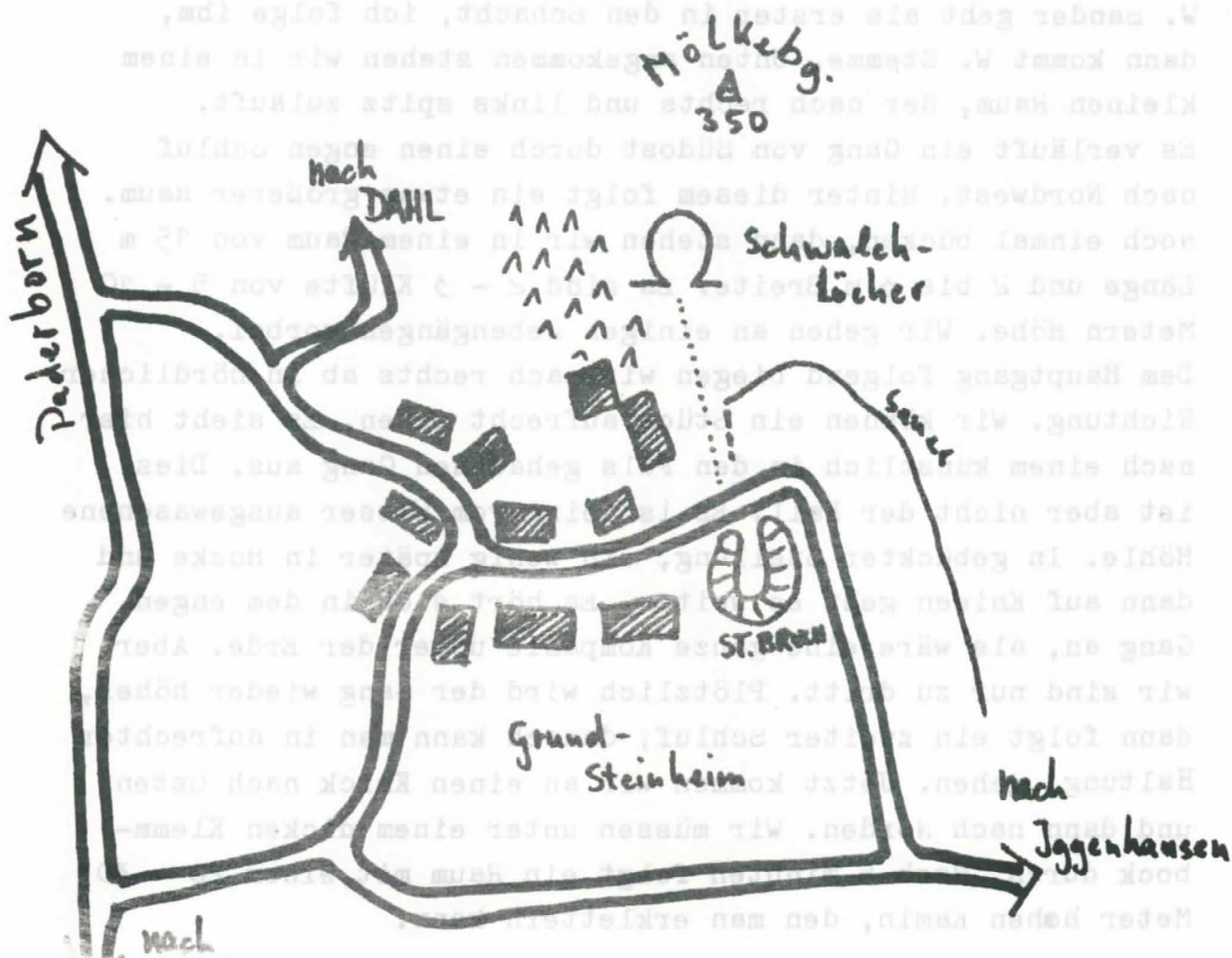
Die Schwalchlöcher

Wolfgang Tröster

Wenn man von Dahl 'rüber kommt und durch den Ort fährt, ist am Ausgang von Grundsteinheim eine Brücke. Wir fahren über sie hinweg. Dann kommt rechts ein Steinbruch. Dort stelle ich den Wagen ab und wir ziehen uns die Höhlensachen an. Anschließend gehen wir am linken Bachufer in Richtung Höhle. 150 m, links ein Zaun, rechts die Sauer, danach ein Fichtenwäldchen. Wir müssen durch ein Dornengestrüpp. Die Sauer führt diesen Winter Hochwasser. Wenn es sehr trocken ist, verschwindet der Bach unterirdisch. Er kommt in Paderborn als Pader-Quelle wieder zutage. Die Bewohner von Grundsteinheim haben aus diesem Grunde einen Kanal durch eine Weide gezogen, damit sie bei längerer Trockenheit Wasser im Löschteich haben. Wir sind jetzt am Eingang der Schwalchlöcher angekommen und stehen um den etwa 5 m tiefen Eingangsschacht. Wir wollen die Höhle ausmessen. Man hatte mir gesagt, sie solle 500 m lang sein, aber das ist nicht der Fall. Sie ist nur 180 m lang. W. Sander geht als erster in den Schacht, ich folge ihm, dann kommt W. Stemme. Unten angekommen stehen wir in einem kleinen Raum, der nach rechts und links spitz zuläuft. Es verläuft ein Gang von Südost durch einen engen Schluf nach Nordwest. Hinter diesem folgt ein etwas größerer Raum. Noch einmal bücken, dann stehen wir in einem Raum von 15 m Länge und 2 bis 3 m Breite. Es sind 2 - 3 Klüfte von 5 - 10 Metern Höhe. Wir gehen an einigen Nebengängen vorbei. Dem Hauptgang folgend biegen wir nach rechts ab in nördlicher Richtung. Wir können ein Stück aufrecht gehen. Es sieht hier nach einem künstlich in den Fels gehauenen Gang aus. Dies ist aber nicht der Fall. Es ist eine vom Wasser ausgewaschene Höhle. In gebückter Stellung, ein wenig später in Hocke und dann auf Knien geht es weiter. Es hört sich in dem engen Gang an, als wäre eine ganze Kompanie unter der Erde. Aber wir sind nur zu dritt. Plötzlich wird der Gang wieder höher, dann folgt ein zweiter Schluf; danach kann man in aufrechter Haltung gehen. Jetzt kommen wir an einen Knick nach Osten und dann nach Norden. Wir müssen unter einem dicken Klemmblock durch. Nach 5 Minuten folgt ein Raum mit einem 20 - 30 Meter hohen Kamin, den man erklettern kann.

Ich versuche es, aber es ist zu schwierig. Es stecken zwei Querstreben drinnen, ich halte sie für Eisenrohre, aber sie sind aus Holz. Der Gang verläuft im Zick-Zack, einmal nach Ost, einmal nach Süd. Dann weiter nach Norden. Jetzt müssen Wolfgang und ich wieder in Hocke gehen, ungefähr noch 20 m. Dann kommt der Schluf, wo ich schon einmal mit dem Rücken voran hineingekrochen bin. Diesmal will ich aber noch weiter, weil mir Ernst Brandt aus Detmold sagte, nach diesem Schluf ginge die Höhle weiter. Das ist ein immer enger werdender Irrtum. Ich treffe nur eine Wasserpfütze an. Beim 'Rauskriechen' zieht es mir das Hemd aus der Hose. Ich kämpfte ganz schön, damit ich wieder heraus komme. Wolfgang Sander wartet auf mich, Wolfgang Stemme hat sich schon verdrückt. Wir kommen ins Freie und sehen sehr sonderbar bunt aus. Zum Schluß baden wir unsere Sachen in der Sauer. Es ist ein herrlicher Tag gewesen.

Südlicher Teutoburger Wald



Unsere Klettergärten II

DER HOHENSTEIN

Bernd Wischöfer

Nachdem im letzten HAKEN vom "Hohenstein-Feeling" und von "völlig frei über dem Tal stehenden Wänden" (siehe HAKEN Nr. 3 - 11/74, Seite 8) geschrieben wurde, soll an dieser Stelle der Hohenstein selbst vorgestellt werden. An sich wird der Hohenstein schon durch den ersten Satz charakterisiert.

Wer schon im Hohenstein geklettert ist (und welcher "alte Hase" ist das noch nicht?!), weiß die Ausgesetztheit zu schätzen. Welcher andere Klettergarten mit Kalkfelsen in unserer unmittelbaren Nähe kann von sich behaupten, er hätte bis zu 40 bzw. 50 m hohe senkrechte Wände? Die durchschnittliche Länge der Touren von 30,2 m sagt ein übriges.

Fragt man jedoch einzelne Mitglieder der KGH, so kommt man überraschenderweise zu dem Ergebnis, daß der Hohenstein gar nicht so beliebt ist! Ich kann das aus eigener Erfahrung bestätigen (die angesprochenen "Subjekte" sollten sich jetzt schämen, so etwas zu behaupten), und es geht aus der Statistik hervor, die Wilko im HAKEN Nr. 2 - 6/74 herausgegeben hat. Dabei steht der Hohenstein so ziemlich am Ende, was die Beliebtheit, den mittleren Schwierigkeitsgrad, den Abwechslungsreichtum usw. betrifft. Tatsächlich ist der Hohenstein mit einem durchschnittlichen Schwierigkeitsgrad von 4,44 für "Könnner", was jedoch nicht bedeuten soll, daß Anfänger dort nicht klettern können, dürfen oder sollen.

Die Touren der unteren Schwierigkeitsgrade (I - III) beschränken sich ausschließlich auf Kamine; die nächst "leichtere" RiB- oder Wandklettere ist der Mummery-RiB (IV). Neben der recht schwierigen Klettereien tritt auch eine gewisse Brüchigkeit hervor, die von einigen als "fürchterlich" und "entnervend" bezeichnet wird.

Diese Brüchigkeit ist durch die Entstehung der Felsen bedingt. Das Gestein erhielt seine Zusammensetzung durch Ablagerungen der Meere (Skelette von Korallen, Schwämmen

und Muscheln, deren Versteinerungen man an einigen Stellen sehr oft findet) und durch Schwankungen in der Zusammensetzung der Ablagerungen und Temperatur der Meere. Nachdem sich die Meere zurückgezogen hatten, geschah erst einmal gar nichts, im Gegensatz zu anderen Gebieten. Erst nach der letzten Eiszeit entstanden die Wände des Hohensteins, man nennt sie Bergrutschwände. In den durch Rutschbewegungen geöffneten Rissen und Kaminen kann der Spaltenfrost besonders gut angreifen, daher die Brüchigkeit. Die Dächerzone verdankt ihre Entstehung den ineinander verzahnten Kalksandsteinschichten, die härter sind als der darunter befindliche Kalkstein, der rascher zerstört wurde.

Die Erschließung der Felsen kann man in drei Perioden aufteilen: Einmal die Zeit um 1900, in der die Kamine erstbestiegen wurden; zum anderen die Jahre von 1948 - ca. 1954, in denen sich besonders Siegfried Markschat mit seinen Erstbegehungen, die die heute noch zu den schönsten und schwersten Touren gehören, wie Dreiecksvariante, Freiburger Weg und "Weiße Wurzel", hervorgetan hat; zuletzt die Neuzeit, die Jahre von ca. 1960 an, in der Touren der oberen Schwierigkeitsgrade, so der Falkenweg von Hartmut Ahlbrecht oder der Existentialistenweg von Richard Goedeke erstbegan-gen wurden und viele "Wege" erstmals "frei" erstiegen wurden ("Weiße Wurzel" von Reinhold Kölzner (IV+) Weser-landverschniedung von Hans Weninger (VI+)).

Nicht nur den Kletterer, sondern auch den Wanderern bietet der Hohenstein reizvolle Touren. Allein schon die Rundwanderung Plateauweg-Klippenweg zeigt prachtvolle Ausblicke auf die Felswände, und von der Teufelskanzel schweift der Blick in die Ferne - allerdings nur bei Schönwetter. Mitunter blickt man in das schöne Blutbachtal hinunter, das einem, kennt man die Geschichte, als nicht mehr so lieblich erscheint. Damals, im Jahre 782, soll sich der Bach von dem Blut der Gefallenen des Frankenheeres, das von Witte-kinds Scharen niedergemacht wurde, rot gefärbt haben.

Vor langer Zeit soll nahe der Teufelskanzel einmal eine Kultstätte der alten Cherusker und Sachsen zu besichtigen gewesen sein. Sie wurde jedoch durch die Herstellung einer Betonhalle sehr geschickt getarnt, indem man auf ihr den Beton anmischte. Eine Errungenschaft der Neuzeit ist auch der Zaun mit Schildern : Betreten verboten! Mit diesen

beiden Worten wird der Zugang zum großen und kleinen Vorbau, zum Hirschkuppenmassiv und zur Münchhausenwend verwehrt. So nebenbei wurden auch die dort befindlichen Klettertouren (dort befanden sich auch die leichten Klettereien) abgesperrt. Die anderen Wandteile - die Eibenwand, die Hohe Wand und Niedersachsenwand - konnte nur durch den aus Klettern des AV gebildeten Aktionsausschuß denselben erhalten bleiben. Die seltene Reliktflora, die der angeblichen Zerstörungswut der Kletterer entzogen werden sollte, wird jetzt wohl vom Unkraut überwuchert. Anschließend sei noch die Anfahrt zum Hohenstein beschrieben: Autobahn Hannover-Köln, Abfahrt Rehren in Richtung Hessisch-Oldendorf bis Segelhorst. Von dort in Richtung Langenfeld und auf dieser Straße nach rechts abbiegend zum Parkplatz. Von hier den Menschenmassen folgend. Man kann auch bis Hessisch-Oldendorf fahren und dann zum Parkplatz Pappmühle. Anstieg durch das Blutbachtal - auch hier den Massen folgend.

heiter bis wolkig

WUSSTEN SIE SCHON...

- ...daß wir im "Jahr der Frau" leben ? So soll nun auch bei uns beim Klettern nicht mehr der Berg, sondern die Frau bevorzugtes Ziel sein.
- ...daß Herwig seine Prüfung als Milchmädchen bestanden hat ? Für 5.00 DM C-Beitrag hätte er, als Klettergruppenmitglied, ein Vielfaches aus der Jugendförderung erhalten können. Er mag aber lieber Milchmädchen sein.
- ...daß Sigrid eine spezielle Fully-Brille entwickeln will, durch die man alles nicht so eng sieht ?
- ...daß Michel ganz besonders kalorienbewußt lebt ? Er schmiert unter die klebrige starke Schmalzauflage seiner Brote auch noch eine dicke Butterschicht ! Brrrrr
- ...daß es in der Klettergruppe zahlreiche Mitglieder gibt, die Fasching noch viel schöner fänden, wenn das blöde Verkleiden nicht wäre ?

ERFRIERUNGEN

Ekkehard Rieger

Was sind Erfrierungen ?

Erfrierungen sind begrenzte, örtliche, kältebedingte Schädigungen von Gewebebezirken. Sie entstehen besonders leicht bei Kälte in Verbindung mit Nässe und/oder Wind.

Was bewirken Erfrierungen ?

Erfrierungen bewirken eine Verkrampfung der kleinen und kleinsten Blutgefäße, so daß es zu einem Stillstand der Durchblutung im betroffenen Gebiet kommt. Dadurch verarmt das Gewebe an Sauerstoff. Es kann dann seine Aufgaben im Zellverband nicht mehr erfüllen. Das Gewebe stirbt ab.

Wie teilt man Erfrierungen ein ?

Man teilt sie wie Verbrennungen in 3 Schweregrade ein.

1.Grad: Das betroffene Gewebe ist blaß, taub, klamm.

Bei Wiedererwärmung schießt das Blut schmerzhaft in das betroffene Gebiet ein. Das führt zur RÖTUNG.

2.Grad: Durch längere oder heftigere Einwirkung der Kälte kommt es schon zur Zerstörung von Gewebsanteilen.

Durch das Austreten von Zellsäften und durch Abheben zerstörter Hautgebiete kommt es zur Bildung von BLASEN.

3.Grad: Die oben beschriebene Verkrampfung der Gefäße löst sich auch bei Wiedererwärmung nicht auf. Damit kommt es zur Zerstörung ausgedehnter Gewebsteile. VERLUST VON KÖRPERTEILEN.

Wo treten Erfrierungen gehäuft auf ?

An allen vorstehenden Körperteilen (Nase, Ohren, Hände, Füße) treten Erfrierungen besonders leicht auf. Sie können aber auch jeden anderen Körperteil betreffen.

Was kann man gegen Erfrierungen tun ?

VORBEUGEN: An besten durch Bewegen, Hände unter die Achsel stecken, Mütze über Gesicht ziehen, Füße reiben, Hände reiben, Fußgymnastik, Zehen bewegen (auch wenn es wehtut), frühzeitig geeigneten Biwakplatz suchen.

Vor allem aber bei der Gefahr von Erfrierungen

KEIN ALKOHOL -- KEIN NIKOTIN.

denn Alkohol öffnet vorübergehend die kleinen Blutgefäße. So wird körpereigene Wärme nutzlos verschenkt;

denn Nikotin verengt wie ein Krampf die kleinen Blutgefäße. Vorgeschädigte Bezirke werden dadurch schneller und vor allem stärker (!!) geschädigt.

AUFWÄRMEN: Erfrorene Gewebsgebiete müssen schnellstens erwärmt werden. Möglichst mit körperwarmem Wasser (35-40°C).

AUF KEINEN FALL MIT SCHNEE EINREIBEN ! ! !

Auch warme Tücher, oder ein paar Wollsocken können helfen. Die Wärme der eigenen Hände, der Achselhöhlen kann ausreichen, um kleine Gebiete nachhaltig aufzuwärmen. Örtliche Erfrierungen können auch durch Bewegung wieder für der Blutkreislauf geöffnet werden.

Handelt es sich um eine Erfrierung 3. Grades, so stellt sich kein Behandlungserfolg ein. Da man das aber dem Gewebe nicht von außen ansieht, muß auf alle Fälle der Versuch einer Erwärmung durchgeführt werden.

Welche Maßnahmen sind noch zu bedenken ?

Bei Blasenbildung kann der Heilungsverlauf durch Keimbesiedlung der Wunde verzögert werden. Der Verletzte ist einem Arzt vorzustellen. In diesem Zusammenhang muß auch auf die Notwendigkeit einer vorbeugenden WUNDSTARRKRAMPF-Impfung hingewiesen werden.

Wann sollte man nichts mehr gegen Erfrierungen unternehmen ?

NIE ! ! ! Da man es einer Erfrierung nicht ansieht, welchen Schweregrad sie erreicht, muß immer Hilfe geleistet werden.

Eine Fully ist eine Rallye zu Fuß. Da eine Fully ausgearbeitet werden muß, habe ich dies auch einmal getan.

Für andere Gruppen will ich berichten, was man hierbei beachten sollte.

Wichtig ist, daß man die Wetterlage berücksichtigt. Wenn es zum Beispiel geschneit hat, ist es sinnlos die einzelnen anzulaufenden Punkte, an denen die Fragezettel angebracht sind, großartig zu verstecken. Die zweite Gruppe braucht dann nur den Spuren der ersten zu folgen. Die entsprechenden Punkte sollten für alle gleich leicht zu erreichen sein. Es ist nicht vorteilhaft Zettel dort anzubringen, wo sich die Bewohner des Ortes belästigt fühlen könnten, z.B. an Haustüren, Gartenzäunen etc.. Die Fragen sollte man aus allen Wissensgebieten zusammenstellen, sie dürfen aber das Allgemeinwissen nicht überschreiten. Ein paar Scherzfragen oder eine knifflige Aufgabe zu lösen, lockert die ganze Angelegenheit immer etwas auf. Man kann es den Teilnehmern auch zumuten, bei irgendwelchen fremden Leuten zu klingeln, um zum Beispiel ein Stück Kohle, eine Zeitung, Kartoffeln oder ähnliches zu besorgen.

Diese Gegenstände müssen am Ziel vorgelegt und mit Punkten bewertet werden.

Es hat bisher bei unseren Fullys großen Anklang gefunden, wenn Gegenstände wie Pilze, bestimmte Blattsorten, Blumen usw. zu suchen und mitzubringen waren.

Wenn eine Gruppe, die 4 Personen nicht überschreiten sollte, das Ziel erreicht, wird die Zeit gestoppt. Die Sollzeit sollte so gelegt werden, daß eine schnelle Gruppe durch ihre gute Zeit auch noch ein paar Pluspunkte bekommt. Auf die gestellten Fragen gibt man je nach Schwierigkeit 1 bis 5 Punkte. Hierbei ist zu beachten, daß die Fragen genau gestellt werden. Worte wie "nach amtlichen Angaben" sind sehr wertvoll. Man hat aus Erfahrung immer einige dabei, die ihre Angaben auch für richtig halten. So geht man durch genau gestellte Fragen allen Debatten von vorn herein aus dem Weg.

Wir haben festgestellt, daß man mit einer Fully von etwa 5 km mit 8 bis 10 anzulaufenden Punkten gut zurecht kommt.

Bei jedem Punkt sollte man etwa 4 bis 5 Fragen stellen.
 Unsere Faschingsfully wurde allerdings anders durchgeführt.
 Dort wurden zwar Punkte angelaufen, doch hatte man nur sehr
 wenig Fragen zu beantworten. Dafür mußte man sich schminken,
 Blechdosen ans Bein binden oder Mohrenköpfe essen.
 Eine Fully ist eine willkommene Abwechslung, die allen
 Teilnehmern garantiert viel Spaß bereitet.

EMSIG WIE DIE BIENEN

Die aktivsten Mitglieder der Klettergruppe waren im Jahr 1974 :

(Die Wertung erfolgte unabhängig von der "Förderungswürdigkeit im Rahmen der Jugend-
 arbeit und erfaßt somit alle Klettergruppenmitglieder.)

1.)	Horst-Christian Langowski	118	Teilnehmertage
2.)	Hans-Thomas Langowski	88	"
3.)	Michael Arndt	87	"
4.)	Stefan Gradmann	83	"
5.)	Wolfgang Trüster	77	"
6.)	Anke Lindemann	67	"
7.)	Bernd Wischöfer	66	"
8.)	Elisabet Freymadl und Peter Lindemann	je 64	"
9.)	Wilhelm Kehlmeier und Herwig Grim	je 62	"
10.)	Hans Weninger	61	"
11.)	Jutta Kehlmeier	60	"
12.)	Harald Schmidt	53	"
13.)	Ekkehard Rieger	47	"
14.)	Wolfgang Meier	46	"
15.)	Liesel Weninger	42	"
16.)	Dietlind Terberger und Dieter Hirschke	je 37	"
17.)	Sigrid Rieger	36	Teilnehmertage

...und viele andere, die in diesem Jahr in den "Top Twenty" erscheinen wollen.

REDAKTION: WILHELM KOHLMAYER

DRUCK : BERND WISCHÖFER

.. TERMINKALENDER ..

wir treffen uns jeden Donnerstag, um 20 Uhr, zum "PLANEN UND PLAUDERN" in den Räumen der Geschäftsstelle

Osterfahrt...ins Donautal (Hütte) oder an die Maas (Zelt)

3. 4. (Do) INFO-Abend/Vorbesprechung, anschl.: Progressive Musik
- 5/6.4. (WE) Kletterwochenende
10. 4. (Do) INFO-ABEND, Die Klettergruppe stellt sich vor (20.00 Uhr)
- 12/13.4. (WE) Anklettern - Kanstein-Hütte. Samstag : Kompaßlauf ,Schwofabend
Sonntag : KLETTERSCHULE
17. 4. (Do) RF: Klettern:Ausrüstung,Sicherung,Technik - H.C.Langowski
- 19/20.4. (WE) Kletterwochenende
21. 4. (Mo) Hauptversammlung
- 26/27.4 (WE) Kletterwochenende
1. Mai (Do) Klettertag
- 3/4.5 (WE) Kletterwochenende
- 8.5. (Do) Vatertagspicknick auf dem Mittagsfels im Kanstein
- 10/11.5. (WE) KLETTERSCHULE
- 17-19.5. Pfingstfahrten ins Elbsandsteingebirge und in unsere Klettergebiete
22. 5. (Do) RF : Sommerfahrt = Gebietsvorstellung und Ausrüstungsempfehlungen
H.T.Langowski
- 24/25.5. (WE) Kletterwochenende
- 31.5./1.6.(WE) KLETTERSCHULE
5. 6. (Do) RF: Verhalten bei Wettersturz und Bivak - Herwig Grim
- 7/8.6. (WE) Kletterwochenende
- 14/15.6. (WE) KLETTERSCHULE und Sicherungstest (M)
- 17.JUNI (Di) Klettertag
19. 6. (Do) RF: Verhalten auf Gletschern und Firn,Eisaurüstung - Michael Arndt
- 21/22.6. (WE) SOMMERFEST mit dem Zelt im Kanstein-Steinbruch

(ohne Gewähr)

**JEDER
HAT
DIE
MÖGLICHKEIT...**

**ABKÜRZUNGEN
FÜR DEN
TERMINKALENDER**

...Berichte, Meinungen, Meldungen,
Gerüchte oder Heiteres an die
"HAKEN"-Redaktion zu schicken !
(Wilhelm Kohlmeier, 3 Hannover,
Am Listholze 15) Dies gilt natürlich
auch für Mitglieder anderer
Gruppen.

Mo, Di, Mi, Do, Fr, Sa, So = Wochentage

WE = Wochenende
LWE = langes Wochenende
(M) = überregionale Maßnahme
LB = Lichtbilder
RF = es wird ein kleiner
Vortrag gehalten