Anleitung und Tipps für den Routenbau für Special Olympics Kletterwettbewerbe

Erstellt von Markus Reichart im Dezember 2021,
überarbeitet November 2024

Grundsätzliches/Hallenvoraussetzung

1. Die Wand sollte mindestens 8 Meter Höhe haben.
2. Immer erst mit dem Schrauben beginnen, wenn der Bereich unter euch sicher ist, d. h. erst absperren und dafür sorgen, dass sich niemand im Gefahrenbereich aufhält.
3. Wählt den Zeitpunkt zum Schrauben gut – bei vollem Betrieb in der Halle hat man oft keine Ruhe.

Farben der Route

1. Im Idealfall wird für jede Sicherungsbahn nur eine Farbe/Route geschraubt.
2. **Jede Route sollte in einer für sich einheitlichen Farbe gekennzeichnet sein.**
3. **Nebeneinanderliegende Routen sollten unterschiedliche Farben nutzen, um eine eindeutige Abgrenzung zu ermöglichen.**
4. Rote und grüne Routen sind klar zu trennen – so ist es für Farbenblinde leichter.
5. Verschneidungen sind zu vermeiden.
6. Griffe mit Symbolcharakter (Glühbirnen, Telefonhörer, Tiere etc.) erregen bei den Athlet*innen oft großes Interesse und sollten vermieden werden.

Schwierigkeitsgrade

1. Es macht nur Sinn Routen zu schrauben deren Schwierigkeitsgrad man selbst klettert.
2. Damit man einen 3er schön schrauben kann, sollte man nicht zu sehr über diesem Niveau klettern – Hardmovern gelingt das oft nicht so gut.
3. In 3ern und 4ern sollte man Treppen steigen können (links-rechts Kombinationen). Tritte je im Schwerpunkt unter den Griffen und immer geeignete Griffe für je eine Hand.
4. Bitte verlangt in einer leichten Tour – bis einschließlich zum 4. Grad – keine Techniken, die nur Fortgeschrittene können.
5. Jede Route startet mit einem guten Tritt – auch in schweren Routen. Athlet*innen haben oft Probleme, wenn der Start zu schwierig ist. Keine Route darf mit einem Spaxtritt beginnen, egal welchen Schwierigkeitsgrad sie vorgibt.
6. Routen, die ein Antreten auf kleinen Spaxtritten oder gar nur an der glatten Wand erfordern, sollten nicht leichter als 5+ sein.
7. Untergriffe sind bis zum 5. Grad zu vermeiden – da diese von Athlet*innen oft nur sehr schwer gehalten werden können.
8. Bis zum 6. Grad sind keine Blockierer und Dynamos zu schrauben. Auch Handwechsel sollten nur an geeigneten Griffen geplant sein.

Premium Partner
ABB
WÜRTH

Special Olympics Deutschland e.V. • Invalidenstr. 124 • 10115 Berlin • Tel.: +49 (0)30 / 246252-0 • Fax: +49 (0)30 / 246252-19
info@specialolympics.de • www.specialolympics.de • Steuer Nr.: 27/677/62680 • USt.id.Nr.: DE249223246
Commerzbank Berlin • IBAN: DE08 1204 0000 0464 4662 00 • BIC: COBADEFFXXX

9. Überhänge Routen sind durchaus erwünscht, aber erst ab dem 6. Grad. Sollte die Halle die Anforderungen nicht erfüllen muss mit ausreichend großen Griffen die Route geschraubt werden.
10. Glatte PU-Griffe sind erst ab dem 7. Grad sinnvoll und sollten wenn möglich vermieden werden.
11. Wenn zweimal mit dem gleichen Fuß hintereinander getreten werden muss, stört das oft den Kletterfluss und ist erst ab dem 6. Grad sinnvoll.
12. Routen sollten möglichst homogen sein – Boulderstellen sind zu vermeiden. →erst für Athlet*innen ab dem 7. Grad.
13. Schlüsselstellen sollten nicht zu weit unten liegen – der/die Athlet*in soll die Chance haben in die Route rein zu finden.
14. Der Ausstiegsgriff sollte immer gut sein und am besten auf der Höhe oder sogar noch höher als der Umlenkhaken angebracht sein.
15. Die Routen dürfen nach oben hin gerne ein bisschen an Schwierigkeit gewinnen.
16. Sollten Kinder am Wettbewerb teilnehmen, bedenkt bitte, dass zu große Griffe/Henkel für Kinder oft schon Sloper sind.

Technisches

1. Im Idealfall weist die Route keine unnötigen Griffe und Tritte auf – das verwirrt nur.
2. Schmerzhafte Griffe und solche, die ein Verletzungsrisiko bergen, sind zu vermeiden.
3. Die Route sollte so gebaut sein, dass das Seil nicht auf Reibung mit Griffen, Tritten und Wandstrukturen ist.
4. Vorhandene Strukturen sollten –wenn als Griff/Tritt benötigt mit Tape gekennzeichnet werden.
5. Verwendet in einer Route nur Griffe mit entweder Zylinder oder Senkkopfschrauben – das spart Arbeit beim Ein- und Ausschrauben.
6. Bedenkt bitte, dass frisch gereinigte Griffe noch rau sind. Gerade bei einem Kletterwettbewerb findet sehr schnell eine massive Verschmierung mit Magnesia und Hautpartikeln statt und bestimmte Griffe (Sloper) werden immer schwerer zu halten.
7. Wenn die Tour fertig ist, müssen alle Griffe und Tritte auf Festigkeit überprüft und nach ca. 10 Klettervorgängen noch einmal nachgezogen werden.
8. Lasst bitte nach dem Schrauben die Tour von mehreren Personen klettern, um eine objektive Beurteilung des Schwierigkeitsgrades feststellen zu können. Ein klassischer 9er Kletterer kann meistens nur sehr schwer einen 3er beurteilen.
9. Wenn ihr den Routen einen Namen gebt, denkt bitte daran, dass die Namen keine Verwirrung bzw. Anstößigkeiten bei den Athlet*innen erweckt.
10. Die jeweiligen Sicherheitsstandards beim Routenbau könnt ihr beim DAV in Erfahrung bringen.
11. Vorsicht: wenn der letzte Griff zu hoch angesetzt wird, besteht die Gefahr, dass sich unsere Athlet*innen den Kopf an der Decke anstoßen.
12. Volumen und Wandstrukturen sind für unsere Athlet*innen oft eine Gefahr – solche Wände sollten vermieden werden.
13. Der Schwierigkeitsgrad einer jeden Route muss deutlich sichtbar ausgewiesen sein

14. Alle Express-Sets (Exen) und Bohrlaschen im Bereich der genutzten Wettbewerbsrouten sollten zur Sicherheit entfernt werden. Bohrlaschen können auch mit Tape abgeklebt werden.
15. Alle Klettergriffe sollten durchnummeriert werden, um feststellen zu können, wie weit der jeweilige Athlet bei seinem Versuch gekommen ist. Für diesen Zweck können bei Bedarf Routenskizzen (Topo) angefertigt werden. Auch kann ein Foto der Route als Topo verwendet werden. Um eindeutig feststellen zu können, wie weit der Athlet gekommen ist, ist eine Videoaufnahme während des Wettbewerbes empfohlen.

Special Olympics Deutschland e.V. • Invalidenstr. 124 • 10115 Berlin • Tel.: +49 (0)30 / 246252-0 • Fax: +49 (0)30 / 246252-19
info@specialolympics.de • www.specialolympics.de • Steuer Nr.: 27/677/62680 • USt.id.Nr.: DE249223246
Commerzbank Berlin • IBAN: DE08 1204 0000 0464 4662 00 • BIC: COBADEFFXXX