

LOGINSKLETTERN UND BOULDERN - SPORTBERICHT 2024

Projekt: loginsKlettern 2024

Finanziert durch MA 51 - Sport Wien

Projektleitung: Alfred Auer / Ilse Gstöttenbauer

Übungsleiter:innen, Instruktor:innen: Johannes Winkler, Benjamin Mucknauer, Elisabeth Zotlöterer, David Grünwald, Valerie Bär, Michael Steinböck



Die Kletterangebote des Vereins LOGIN wurden im Sinne sportbezogener Gesundheitsförderung und sozialer Integration im Jahr 2024 durchgeführt. Klettern eignet sich als Trendsport mit vielfältigen therapeutischen Anwendungsmöglichkeiten, besonders bei regelmäßiger Frequenz und Kontinuität, um Lernerfolge wunschgemäß zu transportieren. Die Angebote von loginsKlettern standen auch in diesem Jahr insbesondere Menschen mit Bedarfen an sportlichen und gesundheitlichen Aktivitäten zur Verfügung. Zur Angebotsvermittlung erfolgte eine Zusammenarbeit mit Facheinrichtungen des Gesundheits- und Sozialressorts. Geachtet wurde auch auf soziokulturelle Aspekte des Kletterns und damit zusammenhängender Aktivitäten in der Natur.

Schwer erreichbare Zielgruppen

Adressat:innen der Maßnahmen waren auch sozial isolierte und gesundheitlich schlechter gestellte Personen, sowie Menschen mit erhöhtem Integrationsbedarf.

Um sport- und bewegungsbezogene Chancengerechtigkeit zu gewährleisten, sind dafür

relevante Faktoren wie Bildung, Einkommen, berufliche Position, soziale Herkunft, Migrationshintergrund, Wohnregion, Lebensalter, Gender, Familienstand, udgl. zu berücksichtigen (vgl. Fonds Gesundes Österreich 2013).

Gesundheitliche Chancengerechtigkeit umfasst nicht nur sozioökonomisch Benachteiligte, sondern auch Menschen, die gesundheitlich beeinträchtigt sind (Gold/Lehmann 2012), wie z.B. Menschen mit psychischen Erkrankungen, weniger mobile Menschen, ältere oder chronisch kranke Personen. Sozioökonomische als auch gesundheitliche Benachteiligungen wirken dabei gegenseitig verstärkend (Anzenberger et al. 2014).

Diesen Umständen begegnet LOGIN mit Methoden der Partizipation sowie aufsuchender und nachgehender Herangehensweise.



Im loginsKletterprojekt wurden obig beschriebene Zielgruppen durch die genannten Herangehensweisen aufsuchender und nachgehender Sozialarbeit erreicht und zur regelmäßigen Teilnahme, aktiviert. Fortschritte in sozialer, sportlicher und persönlicher Hinsicht konnten dabei vor allem bei jenen Teilnehmenden beobachtet werden, die das Angebot regelmäßig nutzten. Insofern ist die regelmäßige Durchführung der Kursangebote ein wichtiges Qualitäts- und Erfolgskriterium.

Durch die sehr spezifische Zielgruppe ergab sich in einigen Einheiten ein intensiver Betreuungsaufwand für die vor Ort verantwortlichen

Übungsleiter:innen/Instrukotr:innen. (Teilnehmer mit ADHS, Autismus, u.a.).

Statistik

Im Zeitraum von Jänner bis Dezember 2024 wurden **21 Einheiten** umgesetzt (Indoor, Outdoor).

Dabei kam es zu 158 Beteiligungen und 192 Kontakten (inkl. Infogespräch, An - und Abmeldung) von 41 unterschiedlichen Personen, davon 22 weiblich und 15 männlich, (4x keine Angabe). Im Durchschnitt nahmen 8 Personen an einer Klettereinheit teil.

Teilnehmer:in Altersgruppe	Geschlecht			Anzahl
	m	w	k.A.	
20+		4		4
30+	3	11		14
40+	5	2		7
50+	4	3		7
60+	1	1		2
k.A.	2	1	4	7
Gesamt	15	22	4	41

Für nicht alle Personen ist eine Weiterführung des Klettersports außerhalb des LOGIN-Settings möglich. Vor allem, da Klettern zumindest eine weitere Person und jede Menge Ausrüstung erfordert. Insofern ist die Klettersektion des Vereins LOGIN eine wichtige Ressource für sport- und bewegungsferne Personen, insbesondere für armutsbetroffene und schwer erreichbare Zielgruppen. Vor allem das zur Verfügung stellen einer hochwertigen Kletterausrüstung ist ein wesentlicher Teil des Angebotes, der für eine erfolgreiche und sichere Durchführung erforderlich ist.

Die kontinuierliche Durchführung der Programme von loginsKlettern ist daher eminent für den Breitensport, besonders im Hinblick auf Gesundheit und das Handlungsfeld Soziale Integration. Die Zusammenarbeit mit der Kletterhalle Südwand in Perchtoldsdorf sei an dieser Stelle noch erwähnt – eine unkomplizierte und kostengünstige Nutzung der Kletterhalle ist eine wesentliche Voraussetzung für das Gelingen der Projektaktivitäten.

loginsKlettern kann und diesem Blickwinkel als gelungenes Beispiel für die Verbindung von Sport, Lebensfreude, Naturbezug und Gesundheit angesehen werden.

Erstellung eines Regelwerkes für loginKlettereinheiten

Aufgrund der teilweise besonderen Lebenssituationen bzw. psychischen und physischen Konstitutionen der Teilnehmenden sind klare und nachvollziehbare Regeln hilfreich und bieten Orientierung. So wurde vom LOGIN Klettertrainer:innenteam ein Regelwerk verfasst, dass mit Teilnehmenden besprochen und allen ausgehändigt wurde.

LOGIN Kletterregeln

Login Spezifische Regeln

- Es ist für jede einzelne Kletterveranstaltung eine eigene Anmeldung erforderlich.
- Die Anmeldung erfolgt ausschließlich per SMS an die im LOGIN-Programm angegebene Telefonnummer.
- Die Anmeldung muss klar als solche formuliert sein.
- Eine Teilnahme ist nur nach, vom Kletterteam per SMS bestätigter Anmeldung möglich.
- Abmeldungen sind so früh als möglich per SMS bekannt zu geben. (Fair play, damit andere von der Warteliste nachrücken können.)
- Die Anzahl der Plätze ist beschränkt.
- Der im LOGIN-Programm angegebene Treffpunkt ist grundsätzlich einzuhalten.
- Es ist pünktlich am Treffpunkt zu erscheinen, es kann nicht gewartet werden (Weiterfahrt mit dem Bus)
- Die Anweisungen der Instruktor:innen/Übungsleiter:innen sind, zur eigenen Sicherheit und der von anderen, zu befolgen.
- Die Einteilung der Seilschaften obliegt alleinig den Übungsleiter:innen.
- Ein eigenverantwortliches Klettern im Zuge der LOGIN-Kletterveranstaltungen ist nicht möglich.
- Während den LOGIN-Kletterveranstaltungen wird ausschließlich in den Disziplinen Bouldern und Toprope geklettert.

- Erscheinen unter Einfluss von Alkohol oder Drogen widerspricht den LOGIN Grundregeln und ist daher ein sofortiges Ausschlusskriterium und somit keine Teilnahme an dem jeweiligen Tag möglich.
- Gebt den Übungsleiter:innen Bescheid, wenn ihr euch nicht wohl fühlt oder besondere Bedürfnisse habt.
- Wenn ihr (nicht sichtbare) Einschränkungen/Handicaps..., etc. habt, teilt dies den Übungsleiter:innen mit. Sehr gerne diskret unter vier Augen oder vorab telefonisch.
- Wünsche können gerne jederzeit geäußert werden und werden, soweit möglich, berücksichtigt.
- Respektvoller Umgang mit allen Personen in der Kletterhalle wird vorausgesetzt.

Kletterregeln allgemein

- Nicht zwischen der Kletterwand und sichernden Personen hindurch gehen.
- Zum Klettern ist ausschließlich moderne und unbeschädigte Kletterausrüstung zu verwenden (Kletterschuhe, Klettergurt, Sicherungsgerät, Karabiner, Seil)
- Klettern ohne geeignete Kletterausrüstung ist nicht gestattet.
- Trage keinen Schmuck während dem Klettern und binde dir lange Haare zusammen, um Verletzungen zu vermeiden.
- Verwende nur verschließbare Taschen deiner Kleidung, um ein Herabfallen von Gegenständen zu vermeiden.
- An der Boulderwand bevorzugt abklettern und nicht abspringen. Es besteht Verletzungsgefahr trotz Matte!
- Nicht übereinander klettern und Sturzräume freihalten.
- Es sind nur von der Kletterhalle oder den Übungsleiter:innen eingerichtete Toprope-Stationen zu verwenden.
- Kein ungesichertes Klettern an Seilkletterwänden! Auch nicht auf der untersten Trittreihe!
- Zum sichern sind im Zehenbereich geschlossene Schuhe zu tragen.
- Sichern erfordert Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Konzentration!
- Lasse dich nicht von anderen Dingen und Menschen ablenken!
- Es sind nur Routen der entsprechenden Toprope-Sicherungslinie zu klettern (Pendelgefahr). Abweichungen sind nur nach Rücksprache mit den Übungsleiter:innen gestattet.
- Klettern am Toppas (Selbstsicherungsautomat) ist nur nach Rücksprache, sowie nach Einweisung und unter Aufsicht der Übungsleiter:innen gestattet.

Zusätzliche Regeln zum Klettern am Fels

- Findet die Kletterveranstaltung am Fels statt, so werden die Teilnehmenden vom Kletterteam darüber informiert. Die Entscheidung darüber erfolgt je nach Wetter, tw. auch sehr kurzfristig, jedoch spätestens zwei Stunden vor der Kletterveranstaltung.
- Während der gesamten LOGIN-Kletterveranstaltung ist ausnahmslos ein zugelassener Kletterhelm zu tragen.

login

- Kletterveranstaltungen am Fels finden in der freien Natur statt, passt euch an die Gegebenheiten an!
- Aufenthalte an einer natürlichen Kletterwand bergen zusätzliche Risiken (Steinschlag, lockerer Untergrund, Insekten, etc.)
- Im Eigeninteresse, gebt bitte Allergien auf Pflanzen, Insekten, etc. den Übungsleiter:innen bekannt.
- Für den Zustieg zum Fels sind ausnahmslos geschlossene und feste Schuhe (Wander-/Sportschuhe) zu tragen.
- Nehmt dem aktuellen Wetter entsprechende Kleidung und Sonnenschutz mit.
- Es ist selbst ausreichend zu trinken (min. 1,5L) und essen mitzunehmen (Ausnahme Kletterpicknick, da versorgen wir euch).
- Respektiert die Natur und hinterlasst keinen Abfall!
- Nach langen Trockenperioden bitte auf das Rauchen verzichten. (Brandgefahr!)
- Respektiert andere Kletterer, die Wand gehört nicht uns alleine!
- Nicht auf bereits lockere Felsteile steigen oder daran festhalten.
- Wenn nicht unbedingt erforderlich, ist der Aufenthalt in unmittelbarer Nähe der Felswand zu vermeiden. (Steinschlaggefahr!)

© Fotos Verein LOGIN