

## Fortbildung Coach

### PBS Schwerpunktthema 2009/2010 –

### Die Planungsmethode „3x3“ für die Betreuung

---

Das 3 x 3 findet immer mehr Einzug in die Tourenplanung, für die Beurteilung durch den Coach fehlt oft dieses Filtersystem. Meist erhält der Coach lediglich die Karte mit Route und deren Marschzeitberechnung. Das Sicherheitskonzept fehlt oft oder ist unvollständig. Als einfache Möglichkeit kann das 3x3 mit wenigen Angaben ergänzt werden, um ein umfangreiches Sicherheitskonzept zu erhalten.

#### **Das konventionelle 3 x 3 Lagersport / Trekking**

Grundsätzlich darf eine Situation nie bloss auf Grund eines einzelnen Kriteriums beurteilt werden, sondern alle drei Hauptfaktoren sind in die ganzheitliche Risikoanalyse mit einzubeziehen: Verhältnisse, Gelände, Mensch.

Wesentlich ist die Einbeziehung des Einzelkriteriums in einen Gesamtzusammenhang, d.h. die einzelnen Informationen und Beobachtungen müssen gewichtet und zueinander in Beziehung gebracht werden. Die Wechselwirkung zwischen den Variablen (veränderbaren Grössen) ist in jeder Situation anders. Für die Beurteilung komplexer und dynamischer Zusammenhänge ist flexibles, vernetztes und selbständiges Denken gefragt. Die Beurteilung einer Tour (zu Fuss, mit Schneeschuhen, oder im Fluss) in drei Phasen hat sich in der Praxis bewährt. Tourenplanung zu Hause, Routenwahl im Gelände und Einzelsituations-Beurteilung. Die Formel 3 x 3 ist ein Koordinatensystem der klassischen Beurteilung. Sie setzt sich aus drei Kriterien zusammen (Verhältnisse, Gelände, Gruppe), die auf drei geographischen Ebenen (Zu Hause, In der Region, Während der Aktivität) durchgespielt werden. Die einzelnen Kriterien können auf diese Weise zoomartig herausvergrössert werden. Bei der Planung können sowohl Längs- als auch Quervergleiche angestellt werden. Die dreifache Beurteilung desselben Kriteriums auf drei verschiedenen Ebenen (Zu Hause, in der Region, Während der Aktivität) kann mit Filtern verglichen werden, die einer Reihe hintereinander geschaltet sind, und zwar in der Reihenfolge grob, mittel, fein. Diese Reihenfolge darf nicht vertauscht werden.

Wie betrachten die Phänomene mit unterschiedlichen Auflösungsvermögen und vermeiden dadurch den Fehler, vor lauter Bäumen den Wald zu übersehen.

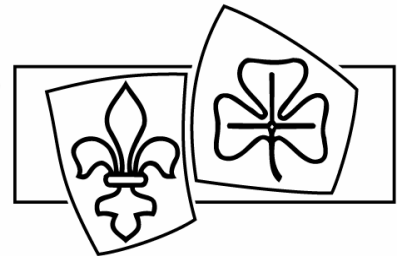
- Regionaler Filter (Zu Hause ,grob): Grössenordnung einige Hundert Quadratkilometer, z.B. Gebirgsketten, ganze Regionen oder Flussläufe.
- Lokaler Filter (In der Region, mittel): Grössenordnung einige Dutzend Quadratkilometer, z.B. Berg und Tal (soweit das Auge reicht)
- Zonaler Filter (Während der Aktivität, fein): Grössenordnung Hektar, z.B. Einzelhang, Mulde, Einwasserpunkt.

Wir betrachten die Welt aus drei verschiedenen Perspektiven um so die Fehlerquellen zu minimieren. Fremdinformationen, Prognosen und Annahmen, die wir der Tour zu Hause zugrunde gelegt haben, können unterwegs überprüft und wenn nötig angepasst oder korrigiert werden.

Mit dieser dreistufigen Vorgehensweise modellieren wir uns ein Bild des Ganzen und legen so die Entscheidungsgrundlagen.

Beispielsweise zur Beurteilung der Lawinengefahr auf einer Schneeschuhtour.

**Geschäftsstelle PBS**  
**Speichergasse 31**  
**Postfach 529**  
**CH – 3000 Bern 7**  
**Tel. +41 (0)31 328 05 45**  
**Fax +41 (0)31 328 05 49**  
**E-mail: [info@pbs.ch](mailto:info@pbs.ch)**  
**<http://www.pbs.ch>**



### 3 x 3 Lagersport / Trekking (Grundraster)

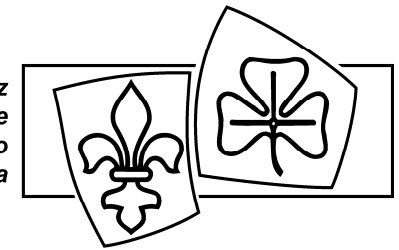
	Faktor 1: Verhältnis	Faktor 2: Gelände	Faktor 3: Gruppe
Zeitpunkt 1: Zu Hause (im Lagerhaus)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aktueller Wetterbericht</li> <li>- Vertrauensperson vor Ort</li> <li>- Jahreszeiten</li> <li>- Tag oder Nacht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 25'000 Landeskarte</li> <li>- Routenplanung</li> <li>- Eigene Kenntnisse (Rekognoszierung), Fotos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wer/wie viele kommen mit?</li> <li>- Marschzeitberechnung</li> <li>- Verfassung, Ausrüstung, Erfahrung, Kompetenz...</li> <li>- Wie gross ist meine Erfahrung als LeiterIn?</li> </ul>
Zeitpunkt 2: In der Region	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sicht, Bewölkung</li> <li>- Wetter (Niederschlag, Temperatur, Wind, auch in höheren Regionen)</li> <li>- Prognose?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stimmt meine Vorstellung?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wer ist wirklich da? (Ausrüstung, Verfassung)</li> <li>- Motivation, Gruppendynamik</li> <li>- Eigene Fitness als LeiterIn (evtl. Krankheit etc.)</li> <li>- Zeitplan laufend überprüfen</li> <li>- Eigenverantwortung</li> </ul>
Zeitpunkt 3: Während der Aktivität	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wetterverhalten, Prognose</li> <li>- Sicht</li> <li>- Umkehrkriterien</li> <li>- Altschneefelder</li> <li>- Gewitter, Blitzschlag</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- „Zeitfresser“ (mühsames Gelände, defekte Brücke, zu viel Wasser etc.)</li> <li>- Was liegt noch vor uns?</li> <li>- Bei Umkehrpunkten jeweils entscheiden</li> <li>- Abrutsch- und Absturzgefahr</li> <li>- Steinschlag</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivation, Verfassung, Disziplin, Gruppendynamik</li> <li>- „Zeitfresser“ (anhalten wegen jeder kleinen heiklen Situation, trödeln usw.)</li> <li>- Taktik (Sicherheitsvorsprung, Antizipation, Vorausblick, Pausen, Marschtempo, Gesundheit, Abstieg)</li> <li>- Gruppenbetreuung</li> <li>- Ausbildungsstops</li> </ul>

Die Planungsmethode deckt alle wichtigen Aspekte der ganzheitlichen Tourenplanung ab. Mit den Angaben von „Zu Hause“ kann der Coach wichtige Details herausfiltern. Damit das 3 x 3 als Sicherheitskonzept verhält, müssen die Fragen des Rasters „Sicherheitskonzeptfragen im 3 x 3“ beantwortet werden.

Im Bereich der Sicherheitsaktivitäten wird diese Planungsmethode als unerlässliches Mittel der seriösen Aktivitätenplanung vorausgesetzt.

Weitere hilfreiche Informationen finden sich in den Broschüren „Sicherheit“ im Cudesch, „Trekking- unterwegs sein“ vom BASPO und dem dazugehörigen Merkblatt.

**Geschäftsstelle PBS**  
**Speichergasse 31**  
**Postfach 529**  
**CH – 3000 Bern 7**  
**Tel. +41 (0)31 328 05 45**  
**Fax +41 (0)31 328 05 49**  
**E-mail: info@pbs.ch**  
**http://www.pbs.ch**



**Sicherheitskonzeptfragen im 3 x 3**

	<b>Faktor 1: Verhältnis</b>	<b>Faktor 2: Gelände</b>	<b>Faktor 3: Gruppe</b>
<b>Zeitpunkt 1: Zu Hause (im Lagerhaus)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Welche Ungewohnheiten, Risiken oder Gefahren könnten auf dieser Wanderung durch Verhältnisse bedingt vorkommen? (Saisonbedingte Risiken: noch Schnee, Gewitter, Kälte, früh dunkel, Hitze,.../ Wetterbedingte Risiken: Regen, Nebel, Schneefälle unterwegs/in der Nacht, Wetterumstürze,...)</li> <li>- Wann muss ich spätestens ankommen? Was passiert, wenn ich diese Zeit nicht einhalten kann?</li> <li>- Wer ist über meinen Weg informiert und wartet auf eine Entwarnung, wenn ich am Ziel bin? (Kontaktperson: z.B. Eltern, Abteilungsleiter, J+S Coach,...)</li> <li>- Wie schlage ich unterwegs Alarm im Fall eines schweren Unfalls? (Natel/Funk/nächstes Telefon)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Welche Ungewohnheiten, Risiken oder Gefahren könnten auf dieser Wanderung Geländebedingt vorkommen? (Rutschgefahr, enge Durchgänge, nasse Wiesen, Steinfelder, Steinschlaggefahr, Blindgänger, Schneefelder, unklare Wege, letzte Talfahrt Seilbahn um..., andere)</li> <li>- Welche Alternativen stehen mir unterwegs zur Verfügung?</li> <li>- Abkürzungen: Leichtere Wege (Forststrassen, bequemere Wanderwege,...); Andere Ziele (Andere Hütte, Dorf, Schutzstelle,...)</li> <li>- Wo habe ich Ausstiegspunkte, die mir erlauben, rasch ins Tal zu kommen?</li> <li>- Wo habe ich meine letzte Entscheidungsgelegenheit? ("Point of no return")</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Welche Ungewohnheiten, Risiken oder Gefahren könnten auf dieser Wanderung Gruppenbedingt vorkommen? (Problematische TN, unterschiedliche Leistungsfähigkeit, unbekannte TN, gruppendynamisch bedingte Probleme, wenige Leiter, unbekannte Leiter, ungewisse Ausrüstung,...)</li> <li>- Braucht es für diese Wanderung besonderes Sicherheitsmaterial? (Notbiwakmaterial, Funkgerät, Notverpflegung, Handschuhe und Mütze, zusätzliche Kleider für TN,...)</li> </ul>

- Quellverzeichnis:  
 - 3x3 Lawinen Risikomanagement im Wintersport von Werner Munter  
 - Cudesch der PBS, J+S  
 - SiMo Bergtrekking

**Geschäftsstelle PBS**  
**Speichergasse 31**  
**Postfach 529**  
**CH – 3000 Bern 7**  
**Tel. +41 (0)31 328 05 45**  
**Fax +41 (0)31 328 05 49**  
**E-mail: info@pbs.ch**  
**http://www.pbs.ch**

