

Inhalt

1	Einführung.....	1
1.1	Unfälle im Klettersport.....	1
1.2	Eisklettern – Disziplinen und Belastungscharakteristika.....	8
1.3	Eisklettern – Ausrüstung im Wandel der Zeiten.....	30
1.4	Fragestellung der vorliegenden Arbeit.....	33
2	Material und Methode.....	34
2.1	Untersuchungskollektiv und Datenerfassung.....	34
2.2	Auswertung / Statistik	36
3	Ergebnisse	38
3.1	Kollektiv.....	38
3.2	Klettererfahrung und Trainingshäufigkeit.....	46
3.3	Faktoren mit Einfluß auf die Trainingshäufigkeit.....	66
3.4	Akute Sportverletzungen.....	67
3.5	Überlastungsschäden	69
4	Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse.....	72
5	Diskussion	74
5.1	Limitierungen der aktuellen Studie.....	80
5.2	Vorschläge zur Prävention akuter Verletzungen, von Überlastungsschäden und Ausblick.....	81
6	Literatur	84
7	Anhang	90
7.1	Fragebogen.....	90
7.2	Schwierigkeitsbewertung im Eis	105
7.3	Schwierigkeitsbewertung im Fels.....	106
7.4	Abbildungsverzeichnis	107
7.5	Tabellenverzeichnis	112
8	Zusammenfassung.....	114
9	Danksagung	116
10	Erklärung § 5 Abs. 1 zur Datenaufbewahrung	117
11	Eidesstattliche Erklärung.....	118
12	Lebenslauf.....	119