

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