

# Unfallprävention und Sicherheitsanforderungen in Lagersport/Trekking



## Grundhaltung für Aktivitäten in Lagersport/Trekking

In Lagersport/Trekking sind viele verschiedene Aktivitäten mit unterschiedlichen Sicherheitsanforderungen möglich. Für eine zweitägige Bergwanderung in den Alpen beispielsweise bestehen höhere Anforderungen an die Sicherheit als für eine Wanderung im Flachland.

Kinder und Jugendliche tasten sich durch das Sammeln von Erfahrungen langsam an anspruchsvollere Aktivitäten heran. Dabei erwerben und erweitern sie ihre Risikokompetenzen und lernen im Umgang mit akzeptierten Risiken, Gefahren richtig einzuschätzen.

Einfachere Aktivitäten können Leitende bereits nach der Grundausbildung mit ihren Teilnehmenden durchführen. Für Aktivitäten, die erhöhte Anforderungen an die Sicherheit stellen, gibt es in Lagersport/Trekking die Sicherheitsbereiche «Berg», «Winter» und «Wasser». Leitende von Aktivitäten in einem der Sicherheitsbereiche verfügen über eine vertiefte Ausbildung und können damit Risiken besser einschätzen.

Um Aktivitäten sicher durchzuführen, stellen sich Leitungspersonen und Lagerleitende bei allen Aktivitäten folgende Fragen:

- Welche Kompetenzen und Erfahrungen habe ich?
- Welche Aktivitäten kann ich mit meiner Gruppe unter den gegebenen Umständen sicher durchführen?

Leitungspersonen bestimmen die sicherheitsrelevante maximale Gruppengrösse, die Aktivität sowie die dafür nötigen fachkompetenten Hilfspersonen in Abhängigkeit vom eigenen Können, dem Niveau der Teilnehmenden, der Schwierigkeit der Aktivität und den Verhältnissen.

**Es ist immer sicherer, das zu tun, was man kann und nicht das, was man darf!**

## Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leitungspersonen

- beachten die Broschüre Lagersport/Trekking – Grundlagen, insbesondere das Kapitel Sicherheit, sowie die weiteren spezifischen Broschüren (z. B. Berg, Winter, Wasser) und Merkblätter (z. B. Seiltechnik, Orientierung, Meteo).
- beachten das spezifische Merkblatt zur Unfallprävention (J+S – BFU) und weitere J+S-Unterlagen der angebotenen Aktivitäten (z. B. Water-Safety-Kartenset) und halten sich an die entsprechenden Sicherheitsbestimmungen.
- berücksichtigen für die sorgfältige Planung, Durchführung und Auswertung der Aktivitäten das 3×3 Lagersport/Trekking und verwenden es im Gelände, um gute Entscheide zu treffen.
- wählen Aktivitäten und Organisationsformen, die den Fähigkeiten und dem Entwicklungsstand der Teilnehmenden entsprechen.
- haben ein Sicherheitskonzept, das basierend auf der Einschätzung der Gefahren, Massnahmen zur Verhinderung von Unfällen definiert und das Vorgehen im Notfall beinhaltet.
- besprechen das Programm mit ihrem J+S-Coach.
- rekonoszieren das Gelände für die geplanten Aktivitäten.
- haben im Gelände eine Notfallapotheke, eine Rettungsdecke oder einen Biwaksack und ein Mobiltelefon dabei.
- sorgen für eine der Aktivität angepasste Ausrüstung der Teilnehmenden.
- regen Kinder und Jugendliche zu einem bewussten Umgang mit Risiko an.
- sorgen für eine gute Betreuung der Teilnehmenden, legen klare Regeln fest und fordern deren Einhaltung ein.

## Spezifische Anforderungen für Aktivitäten in den Sicherheitsbereichen Berg, Winter, Wasser

Für Aktivitäten in den Sicherheitsbereichen gelten folgende Bestimmungen:

- Aktivitäten im Sicherheitsbereich können nur mit Jugendlichen (10–20 Jahre) durchgeführt werden, nicht aber mit Kindern unter 10 Jahren.
- Aktivitäten im Sicherheitsbereich müssen von einer J+S-Expertin oder einem J+S-Experten Lagersport/Trekking mit Zusatz-Experte im entsprechenden Sicherheitsbereich beurteilt und bewilligt werden.
- Mindestens eine J+S-Leitungsperson verfügt über den Zusatz im entsprechenden Sicherheitsbereich. Weitere Leitungspersonen verfügen über den Zusatz oder über Erfahrung im jeweiligen Sicherheitsbereich.
- Aktivitäten im Sicherheitsbereich müssen detailliert geplant und vorbereitet werden inkl. Sicherheitskonzept.

## Berg

### Sicherheitsanforderungen für den Bereich Lagersport/ Trekking Berg

Alle Wanderungen sollen vor dem Lager rekognosziert werden. Wanderungen in den alpinen und voralpinen Gebieten, im Jura sowie im Ausland müssen rekognosziert werden.

Jede Wanderung muss mit einer Routenplanung und Zeitberechnung vorbereitet werden. Die Lagerleitung muss sie mit Kartenausschnitt und Sicherheitskonzept zusammen mit dem gesamten Lagerprogramm beim J+S-Coach einreichen.

Wanderungen sind mit der entsprechenden Erfahrung und dem nötigen Wissen in den Bereichen T1 bis T3 möglich.

Für Wanderungen im Bereich T3 empfiehlt J+S eine Zusatzanerkennung im Sicherheitsbereich «Berg» oder Erfahrung im Bergwandern mit Gruppen.

Die Bezeichnungen T1 bis T6 sind der Wanderskala des Schweizer Alpen-Clubs (SAC) entnommen. Diese ist in der Broschüre «Berg» näher umschrieben. Es sind allerdings nicht alle Wanderwege in der Schweiz skaliert und es gibt auch Unterschiede je nach Region. Die detaillierten Beschreibungen der Skala helfen, nicht-skalierte Wege ungefähr einzustufen. Jede Leitungsperson muss letztlich selbst entscheiden, was sie mit welcher Gruppe unter welchen Bedingungen in welchem Gelände durchführt.

### Definition Aktivitäten im Sicherheitsbereich Berg

- Mehrtägige Wanderungen mit Übernachtung im Biwak oberhalb der Waldgrenze, die im Bereich bis und mit T3 stattfinden.
- Anspruchsvolle Bergwanderungen mit zahlreichen und/oder längeren Schlüsselstellen im Bereich T3.

### In Lagersport/Trekking nicht erlaubt

- Alpinwandern und Bergsteigen ab T4.
- Wanderungen, die zur Überwindung von Hindernissen alpine Fähigkeiten (Klettern mit Seil, Abseilen) erfordern.
- Wanderungen über Gletscher.
- Begehen von Klettersteigen.



## Winter

### Sicherheitsanforderungen für den Bereich Lagersport/ Trekking Winter

In Lagersport/Trekking dürfen Gruppen nur in Gelände und in der Nähe von Hängen unterwegs sein, in denen keine Lawinen niedergehen können. Die J+S-Leitungspersonen sind nicht für die Beurteilung des Lawinenrisikos ausgebildet.

Vor diesem Hintergrund sind bei allen Aktivitäten folgende 5 Grundregeln einzuhalten:

1. Nie in Hänge ab 30° (resp. 25° bei Nassschnee) einsteigen und deren Auslauf meiden.
2. Nur bei geringer oder mässiger Lawinengefahr (Stufe 1 oder 2) wandern.
3. Unterhalb von 1800 m. ü. M. bleiben.
4. Nach 3×3 Lagersport/Trekking planen.
5. Defensives Lagebeurteilung.

Bei Aktivitäten im Winter muss den erhöhten Gefahren Rechnung getragen werden: Erfrieren, Nässe, Müdigkeit, Verkehr auf Schlittelwegen, Betreten von Eisflächen, Schlittschuhkufen usw.

Lager im Winter finden in einem Haus mit wintersicherer Zufahrt statt. Biwak-Übernachtungen im Zelt, Iglu usw. dürfen nur durchgeführt werden, wenn das Lagerhaus jederzeit auch nachts und bei schlechter Witterung schnell und sicher erreicht werden kann.

Für einfache Schneeschuhwanderungen empfiehlt J+S eine Zusatzanerkennung im Sicherheitsbereich «Winter» oder Erfahrung im Schneeschuhwandern mit Gruppen.

**Ausnahme:** Werden Aktivitäten innerhalb von gesicherten Bereichen wie Dörfern, Schlittelwegen, gesicherten Strassen, gesicherten Winterwanderwegen und gesicherten Schneeschuhtrails durchgeführt, darf von den Grundregeln 1–3 abgewichen werden.

### Definition Aktivitäten im Sicherheitsbereich Winter

- Lager, die in einer abgelegenen Gegend ohne wintersichere Zufahrt stattfinden.
- Biwakübernachtungen, die im Zelt, Iglu usw. stattfinden, ohne dass ein Lagerhaus mit wintersicherer Zufahrt schnell erreicht werden kann.
- Anspruchsvolle und/oder mehrtägige Schneeschuhwanderungen.

### In Lagersport/Trekking nicht erlaubt

- Aktivitäten, die alpine technische Fähigkeiten oder den Einsatz von Lawinenschüttel-geräten (LVS) voraussetzen (vgl. Grundregeln 1–3).
- Gletscherüberquerungen.
- Skitouren.



## Wasser

### Sicherheitsanforderungen für den Bereich Lagersport/ Trekking Wasser

Aktivitäten im und am Wasser sind immer mit erhöhtem Risiko verbunden. Es gilt deshalb, sich den Gegebenheiten entsprechend zu organisieren. Es braucht nicht zwingend eine Person mit wasserspezifischer Ausbildung, wenn sich beispielsweise eine Gruppe bei einer Wanderung kurz die Füsse in einem Bach kühlt oder Kinder im Bächlein neben dem Lagerhaus ein Wasserrad bauen, obwohl es sich jeweils um ein Fließgewässer handelt. Manchmal ist es dagegen sinnvoll, die Zahl der Badenden pro Person mit wasserspezifischer Ausbildung zu verringern und nur mit einer kleinen Gruppe in einem Flussabschnitt zu schwimmen.

Für Aktivitäten im Bereich Wasser gibt es zahlreiche Vorschriften und Empfehlungen (nicht abschliessend):

- Generelle Vorschriften von J+S.
- Rechtliche Vorschriften (z. B. Vorschriften bezüglich Ausrüstung, Immatrikulationen von Booten, Uferschutzzonen usw.).
- Sechs Baderegeln und Flussregeln der SLRG.
- Für alle Boots- oder Flossaktivitäten müssen Boote, die in vollgelaufenem Zustand schwimmfähig bleiben (Sit-On-Top-Boote, offene, aufblasbare Boote), oder Flosse verwendet werden.
- Die Aktivität, Betreuung und Ausrüstung wird den individuellen Schwimm- und Wasserkompetenzen der Teilnehmenden, dem Gewässer und den Verhältnissen angepasst (3×3 in der Broschüre Lagersport/Trekking – Wasser).

Für unbewachte Gewässer gelten zusätzlich folgende Empfehlungen:

- Pool/See: Eine Person mit einem bestandenen Modul Wasser LS/T, I-Modul «Aufsichtsperson Wasser» oder SLRG-Brevet Plus Pool und/oder Modul See (je nach Aktivität) pro maximal 12 Teilnehmende.
- Fluss: Eine Person mit einem bestandenen Modul im Sicherheitsbereich Wasser oder SLRG Modul Fluss pro maximal 12 Teilnehmende.
- Bei jeder Aktivität verfügt eine Person über ein bestandenes Modul BLS-AED.
- Das Wissen und Können der Leitenden im Bereich Wasser ist auf aktuellem Stand.

Bewachte Gewässer (mit Badmeister/in):

- Es ist empfehlenswert, eine Leitungsperson mit wasserspezifischer Ausbildung dabei zu haben.

### Definition Aktivitäten im Sicherheitsbereich Wasser

- Aktivitäten auf fließendem Gewässer mit Booten, die in vollgelaufenem Zustand schwimmfähig bleiben (Sit-on-Top-Boote, offene, aufblasbare Boote wie zum Beispiel Rafts), oder einem Floss. Auf wettkampftauglichen Wassersportgeräten wie Kanus oder SUP's sowie zum Flussschwimmen werden dabei Schwimmwesten getragen. Für alle anderen Boote und Flosse sind Rettungswesten mit Kragen und höherem Auftrieb vorgeschrieben.
- Speziell anspruchsvolle Aktivitäten, die erhöhte Sicherheitsanforderungen stellen, wie:
  - anspruchsvolle Bach- und Flusstrekkings (bspw. unübersichtliche Route, wenig Ausstiegsstellen, starke Verblockung, hoher Wasserdruck).
  - anspruchsvolles Flussschwimmen.
  - Flusssurfen.
- Aktivitäten im Sicherheitsbereich Wasser inkl. River-Rafting sind bis und mit Wildwasser II möglich (siehe Wildwasser-Schwierigkeitsgrade in der Broschüre Lagersport/Trekking – Wasser).

### In Lagersport/Trekking nicht erlaubt

- Alle Aktivitäten ab Wildwasser III und höher.
- Canyoning bzw. Flusstrekking unter Einsatz von alpinechnischen Fähigkeiten (Klettern mit Seil, Abseilen).
- Aktivitäten mit geschlossenen Booten (z. B. Kajak mit Spritzwasserdecke).
- Andere anspruchsvolle Wassersportaktivitäten (z. B. Gerätetauchen).

