



Unfallprävention im Schwimmsport

Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leitende

- gewährleisten bei ihrer Tätigkeit eine aktive, dem Entwicklungsstand der Teilnehmenden entsprechende Aufsicht.
- regen zu einem bewussten Umgang mit Risiken an.
- stellen sicher, dass ihre Nothilfekompetenz mit BLS-AED auf dem aktuellen Stand ist.
- verfügen über die von der SLRG empfohlene gültige Ausbildung (z. B. Basis Pool für Bäder mit Aufsicht, Plus Pool für Bäder ohne Aufsicht, Modul See bzw. Modul Fluss für offene Gewässer).
- organisieren den Trainings-/Unterrichtsbetrieb so, dass sie die ganze Gruppe am, im und auf dem Wasser jederzeit überblicken können (max. 16 Teilnehmende pro Leiterperson unter optimalen Bedingungen – siehe Empfehlungen der SLRG).
- stellen sicher, dass die Wassertiefe für die gewählte Aktivität geeignet ist und den Kompetenzen der Teilnehmenden entspricht.
- wissen, wo und wie zu alarmieren ist und stellen die Rettungskette sicher (persönlich oder durch Badaufsicht).
- überprüfen die Tiefwasserkompetenz der Teilnehmenden mit den Elementen des WSC (Wasser-Sicherheits-Check).

Persönliche Schutzausrüstung

J+S-Leitende

- stellen wo erforderlich Rettungs- oder Schwimmwesten zur Verfügung und setzen deren Tragen durch.
- stellen sicher, dass die verwendete persönliche Schutzausrüstung der Teilnehmenden den SLRG-Empfehlungen entspricht (z. B. Freitauchausrüstung).

Präventionsmassnahmen bei der Sportaktivität

J+S-Leitende

- halten sich an die Baderegeln der SLRG.
- berücksichtigen die spezifischen, infrastrukturellen Gegebenheiten des Bads (Wassertiefen, Hubboden usw.).
- setzen für die Vorbereitung und Durchführung des Schwimmtrainings/-unterrichts das Water-Safety-Kartenset der bfu ein.
- setzen durch, dass im Becken- und Garderobebereich nicht gerannt wird.
- setzen durch, dass nur an vorbestimmten Stellen ins Wasser gesprungen wird.
- setzen durch, dass niemand andere Teilnehmende ins Wasser stösst.
- wissen stets, wo sich alle Teilnehmenden befinden und kontrollieren die Vollständigkeit der Gruppe.
- sorgen für eine angepasste Trainings-/Unterrichtsintensität. Das gilt insbesondere beim Wiedereinstieg nach einer Trainingspause (z. B. nach Verletzungen oder Krankheit).
- führen in offenen Gewässern mindestens eine Auftriebshilfe mit.

Kindersport

J+S-Leitende

- wählen die optimale Gruppengrösse. Je nach Einflussfaktoren der Umwelt, den Kompetenzen der verantwortlichen Person und dem Können der Teilnehmenden muss die Zahl nach unten angepasst werden (siehe Empfehlungen der SLRG).

Spezielles beim Wasserspringen

J+S-Leitende

- stellen sicher, dass die Sprungbecken den bfu-Empfehlungen entsprechen (Fachdokumentation Bäderanlagen).
- nutzen ab dem 1-m-Brett Anlagen mit normenkonformen Geländern – ansonsten müssen entsprechende Sicherheitsmassnahmen getroffen werden.
- setzen durch, dass die Sprungbucht vor jedem Sprung frei ist (auch unter Wasser).
- bauen das Training so auf, dass die technischen und physischen Anforderungen dem Können der Teilnehmenden entsprechen.

Spezielles beim Freitauchen

J+S-Leitende

- überzeugen sich vom guten Gesundheitszustand der Teilnehmenden.
- stellen sicher, dass während der Unterwasseraktivität niemand ins Becken springt.
- setzen durch, dass nicht hyperventiliert wird.
- beobachten beim Spielen unter Wasser (z. B. Rugby) das Geschehen mit Schwimmbrille und Schnorchel im Wasser.

Spezielles beim Wasserballspielen

J+S-Leitende

- setzen bei Training und Wettkampf faires Spiel durch.
- stellen sicher, dass auch beim Training Badekappen mit Ohrenschutz sowie ein Zahnschutz getragen werden (Zahnrettungsbox dabei haben!).
- stellen sicher, dass nie mit Schwimmbrille trainiert oder gespielt wird.
- setzen durch, dass Schmuck abgelegt wird und Finger- und Fussnägel geschnitten sind.

Spezielles beim Rettungsschwimmen

J+S-Leitende

- erstellen ein Sicherheitsdispositiv.
- gefährden sich bei einer Rettung nicht selbst – Kontaktrettung als letztes Mittel.
- führen im freien Gewässer mindestens eine Auftriebshilfe mit (im Boot Rettungsweste).
- sorgen dafür, dass bei längerem Aufenthalt im freien Gewässer ein Neoprenanzug getragen wird.