



Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- gewährleisten bei ihrer Tätigkeit eine aktive, dem Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen entsprechende Aufsicht.
- setzen durch, dass nur auf Verkehrsflächen trainiert wird, wo fahrzeugähnliche Geräte erlaubt sind, und dass die entsprechenden Vorschriften eingehalten werden.
- regen zu einem bewussten Umgang mit Risiko an.
- sind dafür besorgt, dass die Strassenverkehrsregeln sowohl im Training als auch im Wettkampf eingehalten werden, sofern die Strecke nicht abgesperrt ist.

Persönliche Schutzausrüstung

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- sorgen dafür, dass der Helm korrekt getragen wird.
- empfehlen Einsteiger/innen weitere Schutzausrüstung wie Handgelenk-, Knie- und Ellbogenschoner zu tragen.

Präventionsmassnahmen bei der Sportaktivität

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- sorgen für ein gezieltes Training der Knie-, Rumpf-, Nacken- und Schultergelenkmuskulatur (Stabilisations-/Krafttraining).
- üben mit den Kindern und Jugendlichen systematisch und regelmässig das Bremsen und Stürzen.
- sorgen für eine angepasste Trainings-/Unterrichtsintensität, insbesondere beim Wiedereinstieg nach einer Trainingspause oder Verletzung (z. B. nach Hirnerschütterung oder Krankheit).
- schlagen den Teilnehmenden nach Gelenkverletzungen vor (insbesondere am Knie), abzuklären, ob der Einsatz einer Orthese (Hilfsmittel zur Stabilisierung) sinnvoll wäre.
- organisieren Übungen und Spielformen so, dass das Risiko von Unfällen durch Kollisionen möglichst vermieden wird.
- stellen je nach Witterung eine angepasste Kleidung sicher (z. B. helle und reflektierende Kleider bei Ausfahrten im Dunkeln).

Kindersport

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- setzen durch, dass Handgelenk-, Knie- und Ellbogenschoner korrekt getragen werden und sind selbst Vorbild.