

Unfallprävention und Sicherheitsanforderungen in Lagersport/Trekking



Grundsatz

J+S-Leitende, die mit Kindern und/oder Jugendlichen Aktivitäten durchführen, haben eine Obhutspflicht und übernehmen Verantwortung für die Unversehrtheit der Teilnehmenden während des gesamten Lagers. Sie haben alle erforderlichen und zumutbaren Massnahmen zu ergreifen, um die Sicherheit zu gewährleisten. Leitende sind Vorbilder und gehen mit gutem Beispiel voran!

Die vorliegenden Sicherheitsbestimmungen gelten für alle J+S-Angebote Lagersport/Trekking. Sie geben die Leitplanken vor, innerhalb derer Leitende unter Berücksichtigung der jeweiligen Situation ihre Entscheide fällen.

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 Leitende und Lagerleitende bei allen Aktivitäten folgende Fragen:

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

Leitende 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!**



**Entscheidungshilfe zur Durchführung von
Aktivitäten mit erhöhten Sicherheitsanforderungen**
jsle.ch/dTCd

Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leitende

- berücksichtigen für die sorgfältige Planung, Durchführung und Auswertung der Aktivitäten das 3x3 Lagersport/Trekking und verwenden es im Gelände, um gute Entscheide zu treffen.
- beachten bestehende J+S-Unterlagen der angebotenen Aktivitäten und die entsprechenden Sicherheitsbestimmungen.
- 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.
- erkennen das Gelände für die geplanten Aktivitäten.
- haben im Gelände eine Notfallapotheke, eine Rettungsdecke oder einen Biwaksack dabei und können im Notfall alarmieren.
- sorgen für eine der Aktivität angepasste und intakte Ausrüstung der Teilnehmenden und Leitenden.
- 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.

Aktivitäten im Straßenverkehr

J+S-Leitende

- organisieren nach Möglichkeit eine Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln.
- kennen die allgemeinen Straßenverkehrsregeln und halten diese ein.
- müssen bei PK/Kleinbussen sicherstellen, dass die Fahrzeugführenden die entsprechenden Fahrberechtigungen (z. B. für Anzahl Sitzplätze) und Fähigkeiten haben, um die Fahrzeuge sicher zu fahren.
- kontrollieren in PW/Kleinbussen, dass die Teilnehmenden angegurtet sind und das Gepäck sicher verstaut ist. Kinder bis 12 Jahre oder 150 cm Körpergrösse (was zuerst eintrifft) müssen im Auto mit einer geeigneten Kinderrückhaltevorrichtung gesichert werden. Dies gilt sowohl auf dem Beifahrer- als auch auf dem Rücksitz.
- verwenden klare Organisationsformen im Straßenverkehr. Verantwortliche Personen am Anfang und am Ende der Gruppe sind bestimmt.
- Bike/Velo/fahrzeugähnliche Geräte wie Trottinett und Inline-Skates:
 - kontrollieren, dass alle einen korrekt sitzenden Helm tragen und die Fahrgeräte in intaktem Zustand sind.
 - instruieren vorgängig Fahr- und Bremstechnik, achten auf eine angepasste Geschwindigkeit und nutzen nur die für die gewählten Fahrzeuge vorgesehenen Wege bzw. Verkehrsflächen.
 - sind bemüht, für die übrigen Verkehrsteilnehmenden gut sichtbar zu sein (z. B. Bekleidung mit Reflektoren).
 - und ihre Teilnehmenden benutzen Inline-Skates mit Bremsvorrichtung und tragen zusätzliche Schutzausstattung (Handgelenk-, Ellbogen-, Knieschoner).
 - instruieren vorgängig allenfalls die Sturztechnik im Schonraum.

Spezifische Anforderungen für Aktivitäten in den Sicherheitsbereichen in Lagersport/Trekking

Für Aktivitäten in den drei Sicherheitsbereichen gelten zusätzlich zu den allgemeinen Sicherheitsanforderungen 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 im entsprechenden Sicherheitsbereich auf Expert/-innenstufe beurteilt und bewilligt werden.
- Mindestens eine J+S-Leitungsperson verfügt über einen gültigen Zusatz im entsprechenden Sicherheitsbereich. Weitere Leitende verfügen über den Zusatz oder über Erfahrung im jeweiligen Sicherheitsbereich.
- Alle Aktivitäten im Sicherheitsbereich müssen detailliert geplant und vorbereitet werden inkl. Sicherheitskonzept.

Aktivitäten im Bereich Lagersport/Trekking «Berg»

Allgemeine Sicherheitsanforderungen für den Bereich Lagersport/Trekking Berg

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

Jede Wanderung muss mit einer Routenplanung (inkl. Alternativrouten) 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. 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.

Mit einer Anerkennung Lagersport/Trekking nicht erlaubt

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



Aktivitäten im Bereich Lagersport/Trekking «Winter»

Allgemeine 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-Leitenden 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. Defensive Lagebeurteilung.

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

J+S-Leitende und ihre Teilnehmenden tragen beim Schlitteln Helm und feste Schuhe und halten sich an die zehn Verhaltensregeln Schlitteln.

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 Schneeschuh-trails 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.

Mit einer Anerkennung Lagersport/Trekking nicht erlaubt

- Aktivitäten, die alpintechnische Fähigkeiten oder den Einsatz von Lawinenverschüttetensuchgeräten (LVS) voraussetzen (vgl. Grundregeln 1–3).
- Gletscherüberquerungen.
- Skitouren.



Aktivitäten im Bereich Lagersport/Trekking «Wasser»

Allgemeine Sicherheitsanforderungen für den Bereich Lagersport/Trekking Wasser

Aktivitäten im, am und auf Wasser sind immer mit erhöhtem Risiko verbunden. Es gilt deshalb, sich den Gegebenheiten entsprechend zu organisieren. Wer sich mit einer Gruppe **AM Wasser** aufhält oder dem Wasser **ENTLANG** unterwegs ist, benötigt nicht zwingend eine wasserspezifische Ausbildung. Die Leitungsperson muss jedoch sicherstellen, dass die Gruppe nur an geeigneten Stellen ins Wasser geht, um beispielsweise Füsse zu baden oder ein Wasserrad zu bauen.

Für Aktivitäten **IM** oder **AUF** dem Wasser müssen die Leitenden über entsprechende Wasser- und Aufsichtskompetenzen¹ verfügen oder eine Aufsichtsperson engagieren, welche über diese verfügt:

- **Beaufsichtigtes Bad (Hallenbad/Freibad/Seebad/Flussbad):** Eine Person mit einem bestandenen Modul Wasser LS/T, I-Modul «Aufsichtsperson Wasser» oder SLRG Basis Pool oder J+S-Anerkennung Kanusport, Rudern, Segeln, Triathlon oder Windsurfen.
- **Unbeaufsichtigter Pool:** Eine Person mit einem bestandenen Modul Wasser LS/T, I-Modul «Aufsichtsperson Wasser» oder SLRG Brevet Plus Pool oder J+S-Anerkennung Kanusport, Rudern, Segeln, Triathlon oder Windsurfen.
- **Unbeaufsichtigter See:** Eine Person mit einem bestandenen Modul Wasser LS/T, I-Modul «Aufsichtsperson Wasser» oder SLRG Modul See oder J+S-Anerkennung Kanusport, Rudern, Segeln, Triathlon oder Windsurfen.
- **Schwimmen im Fluss:** Eine Person mit einem bestandenen Modul im Sicherheitsbereich Wasser oder SLRG Modul Fluss.

Weitere Vorschriften und Empfehlungen (nicht abschliessend):

- 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.

- Beim Bootfahren auf dem See müssen alle eine Schwimmweste tragen. Spezialfall: Ausserhalb der inneren und äusseren Uferzone (300 m) müssen auf nicht-wettkampftauglichen Wassersportgeräten (z. B. auf Flossen) zusätzlich Rettungswesten mitgeführt werden.
- Die Aktivität, Betreuung und Ausrüstung wird den individuellen Schwimm- und Wasserkompetenzen der Teilnehmenden, dem Gewässer und den Verhältnissen angepasst.
- Das Wissen und Können der Leitenden im Bereich Ertrinkungsprävention und Wasserrettung ist auf aktuellem Stand.

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 Flusstrekings (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.

Mit einer Anerkennung Lagersport/Trekking nicht erlaubt

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

¹ Seit dem Jahr 2022 können sich J+S-Leiter/-innen im Rahmen der J+S-Weiterbildung Kompetenzen zur Ertrinkungsprävention und Wasserrettung aneignen und gleichzeitig ihre J+S-Anerkennung verlängern. Nach dem Modul sind die J+S-Leiter/-innen fähig, eine ihnen bekannte Gruppe in Hallen- und Freibädern sowie am See selbstständig zu beaufsichtigen und sicher und effizient zu führen. Dasselbe gilt für J+S-Leiter/-innen der Sportarten Kanusport, Rudern, Segeln, Triathlon und Windsurfen sowie für J+S-Leiter/-innen mit dem Modul «Wasser» der Sportart Lagersport/Trekking. Interessierte können zusätzlich bei der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft (SLRG) nach dem Vorweisen des bestandenen Moduls bzw. nach dem bestandenen J+S-Leiterkurs in den genannten Sportarten das SLRG Brevet Basis Pool und das Modul See beantragen.

Sportarten mit besonderen Sicherheitsbestimmungen

Folgende Sportarten haben bei J+S besondere Sicherheitsbestimmungen. Damit diese Aktivitäten als ergänzende Bewegungsblöcke in einem J+S-Kurs oder -Lager durchgeführt werden dürfen, müssen sie von einer dafür qualifizierten Person mit einer entsprechenden J+S-Anerkennung oder mit einer für die Aktivität entsprechende Ausbildung (siehe Punkt «Ergänzende Bewegungsblöcke von kommerziellen Anbietern») unter Einhaltung der sportartspezifischen Sicherheitsbestimmungen geleitet werden.

- Schneesport: Biathlon, Skifahren, Snowboard, Skispringen
- Bergsport: Sportklettern, Bergsteigen, Skitouren
- Lagersport/Trekking
- Schwimm- und Wassersport: Artistic Swimming, Kanusport, Rettungsschwimmen, Rudern, Schwimmen, Segeln, Triathlon, Wasserball, Wasserspringen, Wasserfahren, Windsurfen
- Pferdesport: Reiten, Voltige
- Sportschiessen: Armbrust, Bogenschiessen, Gewehr, Pistole

Von J+S generell ausgeschlossen sind folgende Aktivitäten (SpoFÖV, Art. 6, Abs. 2)

- Motor- und Flugsportarten
- Sportarten, die das Niederschlagen der Gegnerin oder des Gegners zum Ziel haben
- Canyoning
- River Rafting und Wildwasserfahrten ab dem Schwierigkeitsgrad Wildwasser III (Ausnahme VSpoFÖP, Art. 3, Abs. 3)
- Bungee-Jumping

Ergänzende Bewegungsblöcke von kommerziellen Anbietern

Wenn J+S-Leitende ergänzende Bewegungsblöcke durch kommerzielle Anbieter (z.B. Seilparks, River Rafting, SUP-Tour, Sommerrodelbahn, Trottinett fahren) durchführen lassen, beachten sie folgende Punkte:

J+S-Leitende

- behalten die Aufsicht und Gesamtverantwortung für das Wohlergehen der Teilnehmenden während der gesamten Aktivität. Sie können die Verantwortung für die fachgerechte Durchführung von Aktivitäten mit besonderen Sicherheitsbestimmungen an einen externen Anbieter übergeben, bleiben jedoch dafür verantwortlich, dass der Anbieter sorgfältig ausgewählt, instruiert und überwacht wird. Bei der Auswahl ist zu beachten, dass der Anbieter für die fachgerechte Durchführung der Aktivität qualifiziert ist – entweder durch eine gültige J+S-Anerkennung in der jeweiligen Sportart (siehe Punkt «Sportarten mit besonderen Sicherheitsbestimmungen») oder durch eine für die Aktivität entsprechende Ausbildung in Verbindung mit einer professionellen Organisation mit ausgewiesener Erfahrung und etablierten Sicherheitsstandards.

- müssen die Aktivität sorgfältig planen und begleiten, um sicherzustellen, dass alle Vorgaben und Sicherheitsstandards eingehalten werden. Bei Unsicherheit oder mangelnden Informationen ist eine Begehung vor Ort zusammen mit dem Anbieter empfehlenswert. Es muss sichergestellt werden, dass die Aktivität den Fähigkeiten der Gruppe entspricht.

- sind dafür verantwortlich, dass vor Beginn der Aktivität eine ausführliche und altersgerechte Sicherheitsinstruktion erfolgt und dass die Anweisungen des kommerziellen Anbieters verstanden und befolgt werden. Eventuelle Unklarheiten müssen vor dem Start beseitigt werden.
- verzichten auf die Durchführung, wenn Unsicherheiten bestehen – etwa ob der Anbieter geeignet ist oder ob die Aktivität auf die Gruppe abgestimmt ist. Die Sicherheit der Teilnehmenden und Leitenden geht immer vor.

Aktivitäten im Ausland

Bei J+S-Aktivitäten im Ausland gelten die gleichen Grundsätze und Planungsvorgehen wie bei Aktivitäten im Inland. Es ist unerlässlich, dass sich J+S-Leitende über die lokalen Gegebenheiten und Bestimmungen frühzeitig informieren, um erhöhte Anforderungen und Risiken zu erkennen und gezielt Massnahmen zu ergreifen.

Beispiel «Aktivität am/im Meer»

Den besonderen Verhältnissen im Meer wie bspw. Strömung, Ebbe und Flut sind in der Planung und Durchführung der Aktivität Rechnung zu tragen, indem nach Möglichkeit überwachte Strände ausgewählt und die internationalen Flaggenzeichen beachtet werden.

Eine Ausbildung zur Rettung im Meer kann in der Schweiz nicht besucht werden, eine sinngemäss den Umständen entsprechende wasserspezifische Zusatzausbildung gilt jedoch als Mindestanforderung.