



Unfallprävention Skifahren und Snowboarden

Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leitende

- vermitteln die FIS-Regeln und SKUS-Richtlinien und sorgen für deren Einhaltung.
- kennen das korrekte Vorgehen bei einem Unfall und die Erste-Hilfe-Massnahmen.
- tragen zur Hilfeleistung immer eine Rettungsdecke, einen Druckverband und ein Mobiltelefon bei sich.
- berücksichtigen für das Off-Snow-Training das spezifische Merkblatt Unfallprävention je Sportart und halten sich an die entsprechenden Sicherheitsbestimmungen.
- haben den Sicherheitstest im Rahmen der Leiteraus- und Weiterbildung Skifahren oder Snowboard bestanden.

Speziell zu beachten im Kindersport

J+S-Leitende

- sorgen dafür, dass Kinder unter 1,25 m auf Sesselliftanlagen nur in Begleitung von Erwachsenen fahren.

Persönliche Schutzausrüstung

J+S-Leitende

- überprüfen die Schneesportgeräte und Ausrüstung gemeinsam mit den Teilnehmenden.
- sorgen dafür, dass der Helm korrekt getragen wird.
- empfehlen in Snowparks das Tragen eines Rückenprotektors.
- empfehlen beim Telemarkfahren das Tragen eines Knie-Schützers mit harter Schale.
- empfehlen beim SnowboardEinstieg das Tragen eines Handgelenkschutzes.

Präventionsmassnahmen bei der Sportaktivität

J+S-Leitende

- passen den Unterricht der aktuellen Situation an (Verhältnisse, Gelände, Mensch). Das gilt für Trainings- und Wettkampfbetrieb.
- fahren auf Pisten, Abfahrtsrouten und Sonderanlagen.
- fahren im freien Gelände nach Absprache mit dem örtlichen Pisten- und Rettungsdienst.
- erstellen Trainings- und Wettkampfanlagen nach Absprache mit dem örtlichen Pisten- und Rettungsdienst.
- sorgen für eine angepasste Trainings- und Wettkampftintensität. Das gilt insbesondere beim Wiedereinstieg von Kindern und Jugendlichen nach Verletzungen.
- sorgen beim Erstellen von Videoaufnahmen für sichere Bedingungen für alle Beteiligten.
- sorgen für genügend Pausen mit Energie- und Flüssigkeitszufuhr.
- achten bei tiefen Temperaturen und/oder starkem Wind auf Unterkühlungssymptome.