



# Unfallprävention beim Rudern

## Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leitende

- kennen die geltenden Vorschriften für das Rudertraining auf ihren Gewässern.
- kennen die besonderen Vorschriften ihres Vereins (Fahrordnung, Sicherheitsdispositiv).
- stellen sicher, dass die Teilnehmenden den Wasser-Sicherheits-Check (WSC) bestanden haben oder in der Lage sind, 300 Meter schwimmen zu können. Zudem müssen die Eltern mit der Teilnahme am Kurs/Lager einverstanden sein.

## Präventionsmassnahmen bei der Sportaktivität

J+S-Leitende

- können die aktuelle Witterung einschätzen und das Rudertraining darauf ausrichten.
- vermitteln die Grundmanöver (auch Kentern und Wiedereinsteigen).

## Allgemein

Weitere Details sind der Broschüre «Rudern – Sicherheit» im Leiterhandbuch zu entnehmen.