



Sicherheitsleitfaden

Segeln

Einführung

Segeln wird von J+S als Sicherheitssportart eingestuft. Das bedeutet, dass du als J+S-Leiterin oder J+S-Leiter:

- Strengere Sicherheitsvorschriften beachten musst
- Jederzeit den [Leitfaden für die Durchführung von J+S-Angeboten](#) und [das Merkblatt zur Unfallprävention im Segeln](#) respektieren musst
- Die Grundsätze von J+S und der BFU sowie die gesetzlichen Vorschriften der Binnenschifffahrtsverordnung, die in diesem Dokument zusammengefasst sind, beachten musst
- im Rahmen der J+S-Aktivitäten Respekt vor den dir anvertrauten Jugendlichen und Kindern hast, sowie für deren Gesundheit und Sicherheit sorgst

Die Vorbereitung und Organisation eines Segeltrainings folgen einem Grundprinzip:

Umsichtiges Planen.

Die folgenden Erläuterungen sollen dir helfen, ein Training sicher zu gestalten. Du baust das Thema Sicherheit regelmässig in deinen Unterricht ein, indem du das Niveau und das Alter der Teilnehmenden berücksichtigst, damit diese mehr Verantwortung übernehmen können. So entscheidest du, welche Hinweise notwendig sind und strebst ein optimales Verhältnis zwischen Effektivität und Sicherheit an.

Verwendung des Dokuments

Dieses Dokument dient als Leitfaden für die sichere Planung und Durchführung von Segelaktivitäten. Es ersetzt nicht die offiziellen Vorschriften und die individuelle Verantwortung jeder Segelleiterin und jedes Segelleiters.

Inhaltsverzeichnis

Einführung.....	1
J+S- Vorschriften.....	3
J+S-Empfehlungen	3
Verantwortung der Leiter*in.....	5
Allgemein.....	5
Sicherheitsdispositiv - Allgemeines Wissen über die Praxisumgebung	5
Material, Bedingungen und Ressourcen für die Aktivität	6
Nutzung des Motorboots im Rahmen einer J+S-Aktivität.....	7
Verwendung der 3x3-Matrix für die Planung der Aktivität	8
Nationale Schifffahrtsregelungen	9
Regeln für Prioritäten.....	11
Grundregeln.....	12
Erste Hilfe.....	13
Situationsanalyse - Tipps	15

J+S-Vorschriften

Nach dem Merkblatt zur [Unfallprävention im Segeln](#)



Maximum-Regel

Ein/e Leiter/in darf nicht mehr als 8 Boote und/oder 12 Teilnehmer/innen gleichzeitig betreuen.

Für Anfänger (Stufe 1-2) wird eine kleine Gruppe empfohlen.



Schwimmweste

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer (Segler/innen, Leiter/innen, Hilfspersonal) eines Segelkurses tragen vom Einwassern bis zum Auswassern bei allen Wetterbedingungen eine passende Schwimmweste.

Die Schwimmweste die während eines J+S-Segelkurses verwendet werden, müssen den Normen von Artikel 134 der Binnenschifffahrtsverordnung BSV entsprechen, d. h.:

- Einzelne Rettungswesten müssen einen hydrostatischen Auftrieb von mindestens 75 N haben;
- Für wettkampftaugliche Wassersportgeräte, als Schwimmhilfen gelten Rettungswesten, die der Norm SN EN ISO 12402-5:2006 (50N) entsprechen

J+S-Empfehlungen



Schleppleine

Jedes Boot ist mit einer Schleppleine ausgerüstet. Ihre Länge entspricht dem Umfang des jeweiligen Boots und ist jederzeit einsatzbereit. Es wird empfohlen, dass die Schleppleine eine eigene Farbe hat.



Sturmwarnzeichen

Bei Starkwindwarnung wird empfohlen, die Situation zu beurteilen und die Kursbedingungen anzupassen.



Winter

Während der Winterzeit ist eine Ausrüstung erforderlich, die für kalte Wetterbedingungen geeignet ist. Wenn die Wassertemperatur unter 10°C oder das Ergebnis der Wasser- + Lufttemperatur unter 20°C liegt, wird empfohlen, auf den Unterricht zu verzichten.

Empfehlungen für den Unterricht mit Foil
(Nach dem Unfallverhütungsblatt Segeln)

Die Teilnehmer tragen zu jeder Zeit:

- einen Helm
- eine Schwimmweste oder Typ "Impact Vest" Norm SN EN 12402-5 (50 N)
- einen langen Neoprenanzug (obligatorisch für Einsteiger / empfohlen für Fortgeschrittene)
- Neoprenschuhe und Handschuhe (empfohlen)
- Für Einsteiger empfiehlt sich die Verwendung von einsteigertauglichen Foils

Ausserdem sollte ein Erste-Hilfe-Kasten mit Material zur Behandlung von Schnittwunden zugänglich sein.



Verantwortung der Leiter*in

Allgemein

Als Leiter*in bist du für die ordnungsgemäße Durchführung der Aktivität verantwortlich. Da Segeln ein Sport ist, der mit den Elementen arbeitet, spielen bei der Planung einer Aktivität viele Parameter eine Rolle. Eine Situation, die heute richtig ist, kann bei deiner nächsten Aktivität nicht funktionieren, da die Faktoren so variabel sind. Es ist wichtig, dass du dir die Zeit nimmst, jede Aktivität situationsbezogen zu planen. Im Folgenden findest du einige Hilfsmittel, die dir dabei helfen können.

Sicherheitsdispositiv - Allgemeines Wissen über das Segelrevier

Als J+S-Leiterin oder -Leiter bist du für die Sicherheit deines Kurses verantwortlich. Bevor du Aktivitäten planst, erstellst du für dich und deine Gruppe ein Sicherheitsdispositiv für das Segelrevier.

Das Sicherheitsdispositiv enthält die wichtigsten Informationen über das Segelrevier; es besteht aus einer Skizze und Informationen über die Situation an Land und auf dem Wasser.

- Inhalt der Skizze (Schema, Abbildung mit Himmelsrichtungen) :**

- ✓ Überblick über den Hafen, das Segelrevier, die Orte, evtl. Koordinaten
- ✓ Standorte der Sturmwarnzeichen
- ✓ Hauptrisikostellen (Schifffahrtsrouten, Anlegestellen, Landungsstege, Molen, Untiefen, exponierte Stellen)
- ✓ Windrichtung (vorherrschende Richtungen, Fronten, Gewitter, Thermik usw.)
- ✓ Weitere nützliche Informationen
- ✓ Zusätzliche Informationen im Vergleich zu den in der Skizze enthaltenen Informationen
- ✓ Kommunikationsmittel Land - Wasser, (inkl. folgender Telefonnummern: Polizei, Seerettung, Seepolizei, Arzt, Spital, REGA)
- ✓ Telefonnummern auch in anderer Form verfügbar (so dass sie auf dem Wasser mitgenommen werden können)

Siehe Anhang 1 – Sicherheitsdispositiv

Sicherheitsdispositiv		Bandol 2022			
Hauptwindrichtung	Mistral Nordwestlich, weniger stark als im Rohnedelta. Achtung Abländig! Schirokko, Heisser Südwind Garbi Südwest, thermisch verstärkt bis zu 6-7 Bf				
Charakteristik des Hafens und des Segelreviers	Im Anfahrtsbereich etwa 500 Meter südlich liegt die Untiefe La Fourmigue, die mit einem Einzelgefahrzeichen versehen ist. Etwas westlich davon liegt die Kleinen Insel Ile de Bendor. Die Durchfahrt zwischen dem Festland ist nur hundert Meter breit und recht seicht. Breiter Sandstrand beim Segelclub.				
Wichtigste Gefahren	Seeverkehr aus dem Hafen Bandol. Starker Wind bei Mistral und Garbi. Strömung Ile de Bandol und Gezeiten				
Position Wetterwarnung	Société Nautique de Bandol Hafenwart Fragen am Morgen				
Segelrevier	Bei Mistral vor dem Hafen Bandol (A) Bei Schirokko vor dem Point de la Tourette (B) Bei Garbi in der Buch von Bandol (C)				
Kommunikation	Auf dem Wasser Zeigen / Rufen (1 Trainer) Mobil Land – Wasser Funk YCB Funk Kanal 10				
Unterstützung Land	Société Nautique de Bandol +33 4 94 29 42 26 Polizei Notruf 17 Medical emergency 15 / 112 Coastguard +33 4 94 02 81 00				
Christoph Schüpbach Fistarol Sabine Janssen Caroline Widmer Barbara Sarah Hügli	+41 79 +41 79 +41 79 +41 79 +41 79	Christine Schüpbach Fistarol Boris Janssen Beni Widmer Philipp Roland Meister	+41 76 +41 79 +41 79 +41 79 +41 79	Nils / Lena Schüpbach Laurent Fistarol Maxim Janssen Nello Widmer Eva Hügli Loïc Muster	Opti ILCA ILCA ILCA Opti Opti

Material, Bedingungen und Ressourcen für die Aktivität

BEREICH	ELEMENTE	FAKTOREN	SICHERHEITSMASSNAHMEN UND TIPPS
NATUR	Wind	Stärke, Spitze, Richtung	<ul style="list-style-type: none"> • Wind+ Kälte= Gefahr! • Windrichtung für das Heimsegeln!
	Wetter	Vorhersage + Entwicklung	<ul style="list-style-type: none"> • diverse Wetterberichte, Beratung durch lokale KennerInnen • Wetterumschlag, Möglichkeit von Gewittern, Tendenzen
		Temperatur+ Sonne Niederschlag	<ul style="list-style-type: none"> • Kälte kann zu Unterkühlung, Hitze zu Hitzestau und zuviel Sonne zu einem Sonnenstich oder -brand führen! • Regen, Graupel, Schnee, etc.
	Wasser	Temperatur	<ul style="list-style-type: none"> • Feuchtigkeit + Kälte + Wind = große Gefahr Temperatur < 15°C = verstärkte Sicherheitsmaßnahmen • Im Wasser lassen / aus dem Wasser holen, Kenterungen (Masthöhe) • Mündungen, Wellen durch Wind und Strömungen, Richtung, Entwicklung
		Tiefe, Untiefen Strömungen, Wellen	
	Wahl des Reviers	Niveau der Gruppe + Ziel	<ul style="list-style-type: none"> • Abgrenzung des Trainingsgebiets nötig? Einfache Rückkehr an Land (Raumwind) planen. • auflandig, ablandig, Arbeit eher im Luv/Lee des Hafens nötig?
		Windrichtung + Ufernähe und -gestaltung	<ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsabstand vom Ufer, von Hindernissen, Untiefen, Landestegen, Wasserungsrampen, Badeanstalten, Bestimmung eines Fluchthafens
		lokale Bestimmungen	<ul style="list-style-type: none"> • Fischerei, Kursschiffe • Vignette, Bewilligung, Liegeplatzmiete, Zugang zum Wasser, etc.
PERSONEN	Teilnehmende	Bekleidung	<ul style="list-style-type: none"> • Maximal Regel • Schwimmweste + den Umständen angepasste Bekleidung (inkl. Schuhe und Kopfschutz) • Trocken- oder Taucheranzug + Schuhe + Mütze Achtung: zu grosse oder defekte Anzüge vermitteln ein falsches Sicherheitsgefühl! • deckende Kleidung in hellen Farben + Sonnenbrille + Sonnenblocker, ev. Schutz gegen Spritzwasser (Achtung: Windkühlung) • warme oder kühle Getränke, Kraftriegel, Früchte
		Kälteschutz	
		Wärmeschutz Essen / Trinken	
	Leiterpersonen	Bekleidung Instruktion	<ul style="list-style-type: none"> • siehe Teilnehmer/innen, Schwimmwestenpflicht • Den Bedingungen angepasste Kleidung • Notfallapotheke, Flickzeug, Ersatzkleidung, Trillerpfeife, Telefon, warme/kalte Getränke, Sonnencreme, etc.
		Können Selbsteinschätzung	<ul style="list-style-type: none"> • Motorbootausweis für motorisierte Boote, falls erforderlich • Achtung vor Überschätzung! Informiere jemanden über die ungefähre Zeit deiner Rückkehr!
	Hilfspersonal	Bekleidung Anweisungen	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe Teilnehmer/innen und Leiter/innen • erhalten genaue Anweisungen für das Verhalten auf dem Wasser und an Land (ein- und auswassern, retten)
		Kompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • siehe LeiterInnen
MATERIAL	Boote	gemäss den gesetzlichen Bestimmung und den Bestimmungen von J+S	<ul style="list-style-type: none"> • Materialien Teilnehmer • Überprüfung: Abschleppleine Länge und Farbe Überprüfung von wasser- und luftdichten Gehäusen, Grundeinstellungen • Persönliche Ergänzungen (Reparaturset, Notfallapotheke, Ersatzhörner, usw.) <p>Material Lehrer/in :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelmässige Wartung und Kontrolle des Motorboots • Überprüfung der Kontrollpunkte : <ul style="list-style-type: none"> - Benzin - Genügend Druck in den Schlauchkörpern - Sicherheitsleine IMMER mit dem Fahrer verbunden (gemäss internationaler Regel)

Nutzung des Motorboots im Rahmen einer J+S-Aktivität

Es wird empfohlen, vor jeder Fahrt die folgenden Kontrollpunkte zu überprüfen

- Benzin
- Genügend Druck in den Schlauchkörpern
- Rote Sicherheitsleine IMMER am Fahrer befestigt
- Wenn sich das Boot auf einem Anhänger befindet, kontrollierst du, ob der Rumpfstopfen geschlossen ist

Bei der Übernahme eines neuen Motorbootes ist es wichtig zu überprüfen, ob du die Voraussetzungen zum Führen des Bootes erfüllst (Führerschein oder nicht) und ob sich die vom Schifffahrtsgesetz vorgeschriebene Sicherheitsausrüstung an Bord befindet. (Vgl. nationale Schifffahrtsvorschriften).

Was tun bei einem Motorproblem?

- ✓ Wo sind die Stromkreisunterbrecher? Sind sie eingeschaltet?
- ✓ Wo ist der Benzinhhahn? Ist er offen? Im Brandfall wichtig, ihn zu schliessen?
- ✓ Ist die Tankentlüftung geöffnet (Motor bis 8 PS oder externer Tank)?
- ✓ Ist der Sicherheitsschalter (Rote Sicherheitsleine) eingesteckt?
- ✓ Ist der Gang beim Starten auf neutral gestellt?
- ✓ Ist die Stromversorgung des Bootes richtig angeschlossen (bei externen Tanks)?
- ✓ Funktioniert die Kühlung (Impeller) (kleiner Wasserstrahl hinter dem Motor)?
- ✓ Ist der Propeller frei? (Keine Seile oder Vegetation)

Achtung :

- Lasse die Bilgenpumpe niemals ohne Wasser laufen (Brandgefahr).
- Starte einen Motor niemals ausserhalb des Wassers (Motor oben), da dies den Impeller verbrennt.



Verwendung der 3x3-Matrix für die Planung der Aktivität

Die Planung einer Aktivität mit der 3x3-Matrix bietet eine optimale Grundlage für die Analyse. Der Begriff "Risiko" wird in der Regel für die Risikoanalyse und die Erstellung von Sicherheitsvorkehrungen verwendet. Wenn eine Aktivität organisiert wird, müssen die entsprechenden Risiken im Voraus erkannt und bewertet werden, und es müssen mögliche Massnahmen zur Vermeidung oder Verringerung der Risiken festgelegt werden. Dazu gehören verschiedene Schritte.

1. Identifikation

Als Verantwortlicher für die Aktivität identifizierst du alle potenziellen Risiken. Die Tabelle "Material, Bedingungen und Ressourcen für die Aktivität" kann dir bei der Identifizierung von Risiken helfen.

2. Bewertung (Risikoanalyse)

Die ermittelten Risiken werden anhand von zwei Hauptkriterien bewertet: die Wahrscheinlichkeit, dass ein Ereignis eintritt, und dem Ausmass des Schadens.
Die Risiken müssen in die untenstehende Matrix eingetragen werden (zumindest in Gedanken)!

		Schadensausmass			
		katastrophal	gross	mittel	klein
Risikomatrix	Schadensausmass	unwahrscheinlich	möglich	wahrscheinlich	sehr wahrscheinlich
		Eintretenswahrscheinlichkeit			

Beispiel einer ausgefüllten Matrix für eine Segelaktivität im Anhang

Nationale Schifffahrtsregelungen



[Verordnung über die Schifffahrt auf Schweizer Gewässern
\(Binnenschifffahrtsverordnung, BSV\)](#)

Die Regeln für die Schifffahrt in Schweizer Gewässern sind die Grundlage für jede Schifffahrt und müssen bei allen Aktivitäten von Jugend und Sport zusätzlich zu den J+S-Vorschriften beachtet werden. Du informierst dich, ob es zusätzliche regionale, kantonale oder Bestimmungen des Gastlandes gibt.

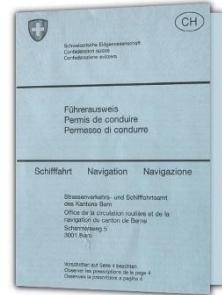
Es ist empfehlenswert, vor einer J+S-Aktivität die wichtigsten der unten aufgeführten Regeln zu kennen. Für die geltenden gesetzlichen Bestimmungen orientierst du dich immer an der Verordnung über die Schifffahrt auf schweizerischen Gewässern.

Schiffsführer (Art.78)

Zur Führung eines Schiffes ist ein Führerausweis erforderlich, wenn:

- die Antriebsleistung 6 kW übersteigt;
- die Segelfläche nach Anhang 12 mehr als 15m² beträgt.

Der Führer eines Schiffes mit Maschinenantrieb muss mindestens 14 Jahre alt sein.



Regelungen für Kinder unter 12 Jahren (Art.7.3)

Wenn die Platzverhältnisse es erlauben, dürfen auf Vergnügungsschiffen 3 Kinder unter 12 Jahren, als 2 Erwachsene gerechnet werden. Ist ein Boot nur für 2 Personen zugelassen, dürfen sich eine erwachsene Person und 2 Kinder an Bord befinden.

Sturmwarnzeichen (Art.40)



Die Starkwindwarnung (orangefarbiges Blinklicht, das pro Minute ungefähr 40 Mal aufleuchtet) macht auf die Gefahr des Aufkommens von Winden mit Böen spitzen von 25–33 Knoten (ca. 46–61 km/h) ohne nähere Zeitangabe aufmerksam. Sie wird möglichst frühzeitig ausgegeben.

Die Sturmwarnung (orangefarbiges Blinklicht, das pro Minute ungefähr 90 Mal aufleuchtet) macht auf die Gefahr des Aufkommens von Winden mit Böen spitzen von über 33 Knoten (ca. 61 km/h) aufmerksam.



Rettungsgeräte (von Art.134)



- Einzelgeräte müssen mindestens 75 N Auftrieb haben; ausgenommen sind Einzelgeräte auf Schiffen nach Artikel 134a
- Aufblasbare Rettungswesten werden anerkannt, wenn der Aufblasvorgang automatisch oder von Hand ausgelöst wird
- Der Auftrieb der Rettungswesten für Kinder unter zwölf Jahren ist nicht vorgeschrieben. Es dürfen jedoch nur passende Rettungswesten mit Kragen verwendet werden

Rettungsmittel für wettkampftaugliche Wassersportgeräte (aus Art. 134a)

Als wettkampftaugliche Wassersportgeräte gelten Drachensegel- und Segelbretter, Rennruderboote, wettkampftaugliche Kajaks, Kanus, Rafts, Bretter zum Stand-up Paddeln und dergleichen sowie Segelschiffe, die nicht über ausreichenden spritzwasser- oder wetterdicht verschliessbaren Stauraum zur Mitführung von Rettungsgeräten im Sinne von Artikel 134 verfügen.

Auf wettkampftauglichen Wassersportgeräten, die auf Flüssen oder auf Seen ausserhalb der inneren und der äusseren Uferzone verkehren, ist anstelle der Rettungsgeräte nach Artikel 134 das Mitführen von Schwimmhilfen zulässig.

Als Schwimmhilfen gelten Rettungswesten, die der Norm SN EN ISO 12402-5:2006 entsprechen.



Die Schwimmhilfe hat der Grösse der sie tragenden Person zu entsprechen.



Regeln für Vorrang

Grundlegende Regeln

Pflicht zur Hilfeleistung <i>Du leitest einer sich in Gefahr befindenden Person Hilfe, sofern du dadurch nicht dich oder deine Seglerinnen und Segler in Gefahr bringst.</i>	Vermeiden von Zusammenstößen <i>Wenn immer möglich versuchst du Zusammenstöße mit anderen Booten, Hindernissen oder dem Seegrund zu verhindern.</i>	Auslaufen <i>Schiffe, die aus einem Hafen ausfahren, haben gegenüber den Einfahrenden den Vorrang, sofern diese keine Kursschiffe oder Schiffe in Not sind.</i>	Fair Play <i>Du verhältst dich fair gegenüber der Natur und deinen Mitmenschen.</i>
--	---	---	---

Reihenfolge der Vorfahrt (BBS) (Art. 44)

Boote, die verpflichtet sind, bei Begegnungen und Überholmanövern anderen Booten in der Reihenfolge ihrer Priorität auszuweichen.

Beispiel: Jede Art Schiff muss vor einem Kursschiff ausweichen.

Art des Schiffes	
1	Kursschiff (grüne Kugel)
2	Güterschiff
3	Berufsfischer (gelber Ball)
4	Segelboot
5	Ruderboot
6	Motorboot
7	Windsurfer, Kitesurfer

Mindestausrüstung - Rettungsgeräte

Motorschiffe mit mehr als 30 kW Antriebsleistung				
Motorschiffe bis 30 kW Antriebsleistung				
Segelschiffe über 15 m ² Segelfläche				
Segelschiffe bis 15 m ² Segelfläche				
•	•	•	•	Schöpfer oder Elmer
•	•	•	•	Eimer
•	•	•	•	Lenzpumpe
•	•	•	•	Horn oder Mundpfeife
•	•	•	•	Hupe oder Horn
•	•	•	•	Notflagge, rot, mindestens 60 x 60 cm
•	•	•	•	Bootshaken
•	•	•	•	Ruder oder Paddel, sofern das Schiff damit fortbewegt oder gesteuert werden kann
•	•	•	•	Anker mit Trosse oder Kette mit ausreichender Haltekraft
•	•	•	•	Tauwerk mit ausreichender Haltekraft
•	•	•	•	Rettungswurfergerät mit mind. 75 N Auftrieb und einer schwimmfähigen Wurfleine von mindestens 10 m Länge
EINZELRETTUNGSGERÄTE (mind. 75 N Auftrieb)				
•	•	•	•	Rettungsweste mit Kragen oder Rettungsring für jede an Bord anwesende Person. Für Kinder unter 12 Jahren dürfen nur passende Rettungswesten mit Kragen verwendet werden
FEUERLÖSCHER				
→	Feuerlöscher* für alle Schiffe mit eingebautem Motor oder mit Außenbord Motor über 25 kW Antriebsleistung**. Motor und Motorräume sind gemäß der Norm SN EN ISO 9094** gegen Feuer zu schützen.			
•	•	•	•	Zusätzlicher Feuerlöscher* mit gleichem Inhalt oder Löschdecke, sofern eine Gasanlage, eine Koch- oder eine Heizeinrichtung vorhanden ist.

* Feuerlöscher müssen alle 3 Jahre geprüft werden

** Gilt für neue Schiffe und ab 2025 für Schiffe, die vor dem 01.01.2020 im Verkehr gesetzt wurden.

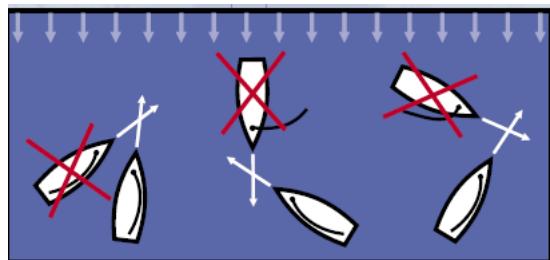
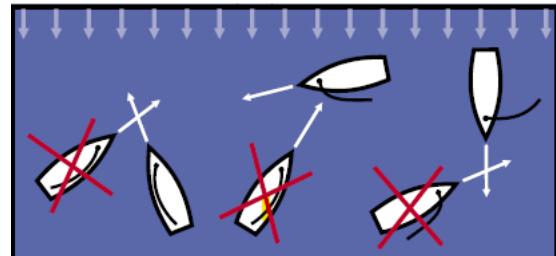
Obligatorische Mindestausrüstung

Es liegt in deiner Verantwortung als derjenige, der das Motorboot fährt, zu überprüfen, ob sich die Ausrüstung an Bord befindet.

Grundregeln

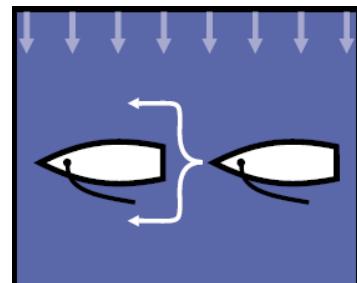
1. Wind von entgegengesetzter Seite (WFR 10)

Bei Booten mit Wind von entgegengesetzter Seite muss sich ein Boot mit Wind von Backbord von einem Boot mit Wind von Steuerbord freihalten



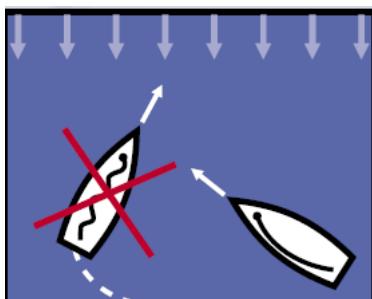
2. Wind von der gleichen Seite mit Überlappung (WFR 11)

Bei Booten mit Winden von der gleichen Seite, die überlappen, muss sich ein Luvboot von einem Leeboot freihalten



3. Wind von der gleichen Seite ohne Überlappung (WFR 12)

Bei Booten mit Wind von der gleichen Seite, die nicht überlappen, muss sich ein Boot klar achteraus von einem Boot klar voraus freihalten.



4. Während des Wendens (WFR 13)

Nachdem ein Boot durch den Wind gegangen ist, muss es sich von den anderen Booten freihalten, bis es auf einen Am-Wind-Kurs abgefallen ist.

Quellen:

[Verordnung über die Schifffahrt auf Schweizer Gewässern \(Binnenschifffahrtsverordnung, BSV\)](#)

[World Sailing-Regeln für Segelwettbewerbe](#)

[OCN Obligatorische Mindestausrüstung](#)

Erste Hilfe

Wenn du eine Aktivität auf dem See organisierst, kann es sein, dass du das eine oder andere Mal mit medizinischen Situationen umgehen musst. Um dir zu helfen, richtig zu reagieren, findest du hier einige Beispiele für Situationen und Erklärungen, wie du reagieren kannst.

	Lage	Erkennen Sie die Symptome	Zu ergreifende Maßnahmen	Prävention
Hypothermie	Wenn das Wasser kalt ist oder die Luft kalt ist, besteht die Gefahr einer Unterkühlung. Dieses Risiko erhöht sich, wenn die Teilnehmer nicht angemessen gekleidet sind.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Unkontrolliertes Zittern, ▪ Beschleunigung des Pulses ▪ Blasse, bläuliche Hautfarbe, Blaufärbung der Extremitäten und Lippen, ▪ Psychische Erregung (Angst und Unruhe) ▪ In einem schweren Fall Bewusstlosigkeit 	<p><i>Leichte Hypothermie</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ An Land gehen ▪ Gib der Person trockene Kleidung und wickle sie in eine Decke, um sie vor Wind und Feuchtigkeit zu schützen. ▪ Ein heisses Getränk geben <p><i>Schwere Hypothermie</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Den Notruf wählen ▪ Die Person nicht bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Trage geeignete Kleidung (Neopren/Trocken anzug, usw.). ✓ Den Kopf gut schützen (80% der Wärme verdunstet über den Kopf) ✓ Heisse Getränke und Essen ✓ Bewegen
Hitzschlag	Wenn es heiss ist und der Wind schwach weht, ist die Gefahr eines Hitzschlags grösser.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Verminderte Konzentration, Kopfschmerzen ▪ Durst ▪ Schwindel, Unwohlsein ▪ Unverständliche Antworten, Müdigkeit ▪ Erbrechen, Apathie 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Die Person in den Schatten legen ▪ Kleidung öffnen und Kopf und Extremitäten kühlen ▪ Getränke ▪ In schweren Fällen den Notarzt rufen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Angemessene Kleidung tragen (lange Ärmel, Mütze, Sonnenbrille) ✓ Wasserfester Sonnenschutz ✓ Ausreichend trinken
Allergische Reaktion	Allergien sind eine Überreaktion des Immunsystems auf eine Substanz, die normalerweise nicht schädlich ist.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hautreaktionen (Rötung, Schwellung) ▪ Atemwegssymptome (Husten, Kurzatmigkeit, Schluckbeschwerden) ▪ Verdauung (Übelkeit, Erbrechen) ▪ Herz (schneller oder langsamer Puls) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bei Stichen den Stachel entfernen ▪ Einen Giftsauger verwenden ▪ Kalte Kompressen und hochgelagert Bereich ▪ In schweren Fällen den Notarzt rufen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Bedeckende Kleidung tragen ✓ Vermeide es, zu laufen ✓ Repellents + Antiveninmittel in der Reiseapotheke ✓ Über die Allergien der Teilnehmenden Bescheid wissen

Wenn die Teilnehmer trotz angemessener Planung dennoch in eine Situation geraten, in der sie gerettet werden müssen, sind einige Punkte zu beachten.

Vorgehensweise, wenn man aus der Ferne sieht, dass jemand ertrinkt oder verletzt ist:

- 144 anrufen und die Personen an Land informieren
- Mit dem Motorboot auf die Person zufahren
- Sich ihr seitlich nähern
- Stelle den Motor ab (in den Leerlauf zu schalten reicht nicht aus).
- Die Person wieder in das Motorboot heben
- Schauen, ob sie das Bewusstsein verloren hat und/oder nicht mehr atmet
- Ihn ggf. auf den Boden des Bootes legen und sofort künstliche Beatmung einleiten
- Erste Hilfe leisten (vgl. BLS-AED-Nothilfekurs)
- Den Teilnehmer schnell zum Ufer zurückbringen



Quelle: [SLRG - SSS](#)

Situationsanalyse - Tipps

Kenterung

- ✓ **Crew-Check:** Nach einer Kenterung ist es entscheidend, zu überprüfen, ob alle Crewmitglieder anwesend sind. Wenn jemand fehlt, sollte man sofort zur Rettung tauchen.
- ✓ **Aufrichten des Bootes:** Wenn ein Besatzungsmitglied das Boot nicht erreichen kann, muss das andere das Boot nach Möglichkeit umdrehen, um das Abdriften des Bootes zu bremsen. Wenn jemand nach Lee abdriftet, muss der Betreuer ihn mit einem Motorboot einholen.
- ✓ **Kenterung unter Spinnaker:** Das Boot muss zunächst mit dem Mast flach auf dem Wasser aufgerichtet werden, bevor der Spinnaker entwirrt und geborgen wird; danach kann das Boot vollständig aufgerichtet werden.
- ✓ **Gebrochenes Ruder:** Gehe schrittweise vor, indem du das Boot aufrichtest und dann die Segel einholst, bevor du es ans Ufer bringst.
- ✓ **Stabilisierung des Bootes:** Wenn mehrere Aufrichtungsversuche fehlgeschlagen, stabilisiere das Boot gegen den Wind mithilfe eines Seils oder eines "Treibanker"-Teammitglieds.
- ✓ **Sicherheit beim Abschleppen:** Es ist nicht ratsam, ein gekentertes Boot so wie es ist abzuschleppen, da dies Schäden verursachen kann. Es ist besser, es treiben zu lassen und Hilfe zu holen.
- ✓ **Bergung von Personen aus dem Wasser:** Bei der Annäherung an eine gekenterte Jolle mit einem Motorboot ist auf die Unfallgefahr zu achten, insbesondere mit dem Propeller. Den Motor abstellen.
- ✓ **Niemals das Boot verlassen:** Die Besatzung muss auf dem gekenterten Boot bleiben, um sichtbar zu sein, Unterkühlung zu vermeiden und auf Hilfe zu warten.
- ✓ **Rolle der Leiter/ Leiterin:** Der/die Betreuer/in darf das Motorboot nur verlassen, um ein bewusstloses oder unter dem gekenterten Boot festsitzendes Crewmitglied zu retten.

Abschleppen

- ✓ Das Schleppen muss bei verschiedenen Wetterbedingungen geübt werden, insbesondere während des Trainings.
- ✓ Die Schleppleine muss an einem Haken oder am Heck des Motobootes befestigt werden (am besten mit einem Schleppdreieck) und darf den Motor nicht behindern. Bei einem Optimisten wird die Schleppleine am Fuss des Mastes befestigt.
- ✓ Ein Durchmesser von 8 bis 10 mm für die Schleppleine ist ideal, um Verletzungen zu vermeiden und das Entknoten zu erleichtern. Jedes Boot sollte eine an seinem Umfang angepasste Abschleppleine haben, die eine eigene Farbe hat und jederzeit einsatzbereit ist.
- ✓ Beim Anbinden der Boote solltest du langsamer fahren, um zu vermeiden, dass die Seile unter Spannung verknotet werden.
- ✓ Das Schwert sollte zu zwei Dritteln hochgeklappt sein, um die Stabilität zu erhalten. Wenn es ganz hochgeklappt ist, verliert das Boot an Stabilität.
- ✓ Geschleppte Boote müssen ständig überwacht werden und die Steuermannen müssen an Bord bleiben. Beim Schleppen bei Rückenwind ist es besser, gegen den Wind zu starten, bevor man mit dem Wind nach achtern fährt, und die Segel können bei Bedarf eingeholt werden.
- ✓ Das Schleppen bei starkem Wind dauert mindestens doppelt so lange wie üblich. Am Ende des Schleppvorgangs solltest du langsamer fahren, um die Seile sicher zu lösen.