



# Unfallprävention Skifahren und Snowboarden

## Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leitende

- vermitteln die FIS-Regeln und SKUS-Richtlinien und sorgen für deren Einhaltung.
- kennen die Erste-Hilfe-Massnahmen und führen eine Notfallapotheke mit sich.
- haben den Sicherheitstest bestanden.

## Persönliche Schutzausrüstung

J+S-Leitende

- überprüfen die Schneesportgeräte (z. B. Bindung und Kanten) und Ausrüstung (z. B. Bekleidung, Schutzbrille) gemeinsam mit den Teilnehmenden.
- sorgen dafür, dass die erforderliche Schutzausrüstung (Helm, optional Knie- und Rückenschoner etc.) korrekt getragen wird.
- empfehlen Snowboard-Einsteigern das Tragen eines Handgelenkschutzes (auch Inline-Schützer möglich).

## Präventionsmassnahmen bei der Sportaktivität

J+S-Leitende

- fahren auf Pisten, Abfahrtsrouten und Sonderanlagen sowie vom örtlichen Pisten- und Rettungsdienst aktuell freigegebenem Gelände.
- erstellen Trainings- und Wettkampfanlagen in Absprache mit dem örtlichen Pisten- und Rettungsdienst.
- sorgen für eine angepasste Trainings- und Wettkampfintensität. Das gilt insbesondere beim Wiedereinstieg von Kindern und Jugendlichen nach Verletzungen.
- passen den Unterricht den aktuellen Situationen (Wetter, Piste, Menschen, Zeit) an. Das gilt für Trainings- und Wettkampfbetrieb.

## Speziell zu beachten im Kindersport

J+S-Leitende

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

## Allgemein

- Weiterführende Informationen finden Sie in den Broschüren des J+S-Handbuchs und der im Rahmen der Ausbildung verwendeten Unterlagen.