



Tipps für Freunde des Wildwassersports

Du bist dir nicht ganz sicher

- ob Deine Ausrüstung für den Wildwassersport wirklich optimal ist?
- worauf Du beim Neukauf von Sicherheitsausrüstung achten solltest?

Dann prüfe Deine Ausrüstung doch einfach mal nach den folgenden Empfehlungen!

Empfehlungen zur persönlichen Wildwasserausrüstung

1 Die Schwimmweste

- Die Schwimmweste soll passgenau am Körper anliegen (nicht so wie im Bild unten!).
- Die Schultergurte der Schwimmweste sollten dabei von der unteren Vorderseite zur unteren Rückseite in einem Stück durchgenäht sein. Denn in Notsituationen (z.B. beim Herausziehen einer Person) müssen enorme Kräfte von den Schultergurten ausgehalten werden ohne auszureißen und können somit lebensrettend sein.
- Der Auftrieb der Schwimmweste sollte dem Körpergewicht entsprechen (siehe dazu die Gewichtsangaben in der Schwimmweste).
- Der sogenannte Hüft- / Beckengurt muss fest arretierbar sein und darf sich niemals eigenständig öffnen.

*Achtung: So natürlich **nicht!***

→ Diese Schwimmweste sitzt nicht passgenau am Körper!



2 Der Helm

- Ein Wildwasserhelm muss passgenau auf dem Kopf sitzen, Stirn und Schläfe müssen geschützt sein.
- Die Helmbefestigung muss durch einen verstellbaren Kinnriemen erfolgen, hierbei ist an den Wangenseiten auf eine Y-Form zu achten (zwei Punkte am Helm und einer zum anderen Kinnriemen, siehe Bilder).

Zur Verdeutlichung drei Beispiele:



- Zur effektiven Stoßdämpfung ist es wichtig, dass ein ausreichender (annähernd fingerdicker) Abstand zwischen Kopf und Helmaußenschale als „Pufferzone“ vorhanden ist.
-

Hier ein Beispiel eines zu kleinen Helmes ohne „Pufferzone“ zwischen Kopf und Außenschale...



3 Kälteschutz

- Die Kälteschutzbekleidung muss Arme und Beine vollständig bedecken (Neopren oder Trockenanzug mit passender Unterbekleidung), denn nur so dient sie als Prall- und Kälteschutz.
- Ein Neopren sollte passgenau sitzen, da nur damit eine wärmende Wirkung erzielt werden kann.
- Für weitergehende Infos zum Kälteschutz siehe auch www.kanu-camp-jem.de/Sicherheit.html

4 Die Paddeljacke

- Empfohlen wird eine langärmelige Trockenjacke als Kälte- und Hautschutz.

*„Ist die Paddeljacke von Papa auch für mich geeignet?“
→ Natürlich nur dann, wenn sie auch passt!*



5 Die Paddelschuhe

- Die Paddelschuhe sollten eine stabile, rutschfeste Sohle haben und die Knöchel überdecken.
- Die Schuhe sollten so beschaffen sein, dass sie beim Kentern und Schwimmen nicht verloren gehen können und sie sollten die Füße schützen und wärmen.



6 Auftriebskörper

- Jedes Wildwasserboot ist mit der technisch höchstmöglichen Anzahl von Auftriebskörpern auszustatten, d.h. Auftriebskörper hinten und - wenn technisch möglich - auch vorne.

!!! Achtung !!!

Wir weisen darauf hin, dass das Alter, die Nutzungshäufigkeit, die Art der Lagerung, die Sonneneinwirkung (UV-Strahlung), sowie die Pflege einen Einfluss auf den Zustand und Haltbarkeit der Wildwasser-Schutzausrüstung haben.

Prinzipiell ist eine auffallend farbige Ausrüstung wegen der besseren Sichtbarkeit zu empfehlen.

Nicht zu vernachlässigen ist körperliche Verfassung des Sportlers (Fitness, Gewicht etc.). Auch hier wird Pflege (Training ;-) und sportgerechte Ernährung) von nicht unerheblicher Bedeutung für die Sicherheit sein.

Du hast noch Fragen zur persönlichen Sicherheitsausrüstung oder zur Bergeausrüstung oder andere Fragen zu Sicherheitsthemen? Wende Dich bitte mittels des Kontaktformulars „Sicherheitsdialog“ auf der KANU-CAMP-Website <http://www.kanu-camp-jem.de/Sicherheit.html> an uns!

Das Kanu-Camp-Sicherheitsteam freut sich über jede Kontaktaufnahme.

Stand 02/2013

