



Programm Sicherheitstraining

Aarauer Wildwasserclub, Postfach 5001 Aarau
www.kanu-aarau.com Mail awc@kanu-aarau.com

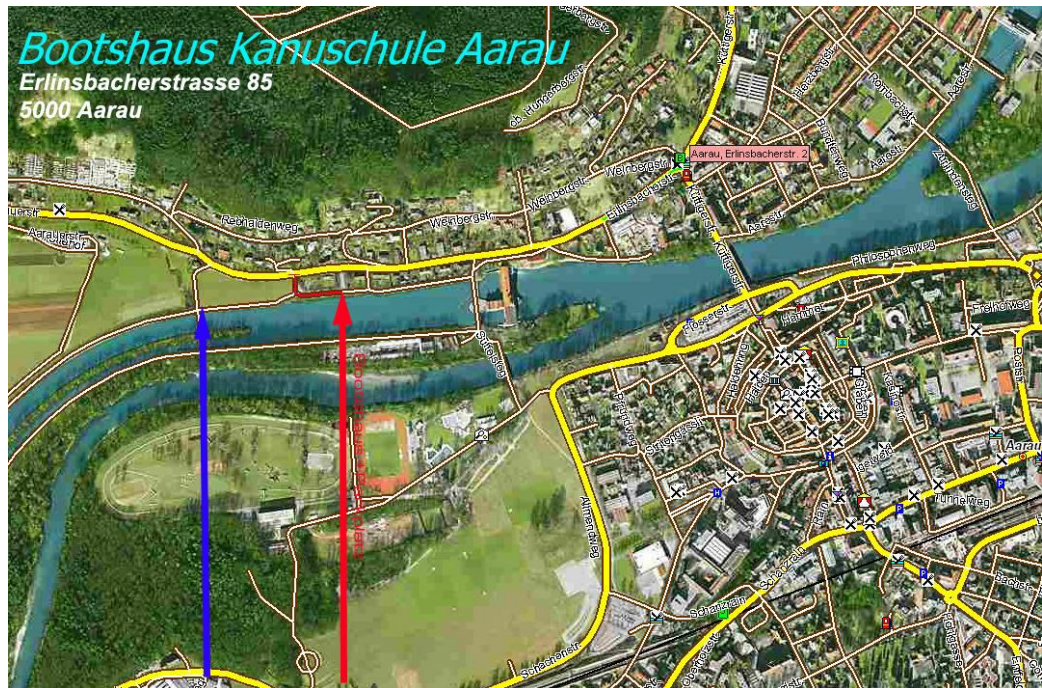
Datum: **Sonntag, 19. Mai 2019**

Zeit: **13:30 bis 16:30 Uhr**

Theorieort: **„Alte Badeanstalt“ Erlinsbacherstrasse 85, 5001 Aarau**
(Station A, roter Pfeil)

Praxisort: **IBA Kraftwerkkanal Häsibrücke**
(Station B, blauer Pfeil)

Leiter: Walter Häsler, Präsident & Ausbildungsleiter AWC
Marianne Christen J+S Leiterin Wildwasser
Silvan Fischer, Vizepräsident Ressort Kanu- & Umwelt, Leiter Kanadier
Thomas Kozlik, Vizepräsident Ressort Sicherheit, Leiter Kajak



13:30

Besammlng (Station A)

Ausrüsten der aktiven Teilnehmer

- Neopren
- Jacken
- Schwimmwesten
- Helm



- 14:00 **Theorie an der Pinnwand Station A**
- Unfallstatistik und Regeln der SLRG
- Gewässerkategorien
- Binnenschiffverkehrsverordnung (Kanus, Schlauchboote, Luftmatratzen)
- Nautische Verkehrszeichen
- Ausrüstung und Sicherheit (Thomas Kozlik)
- Auenschutz und Umwelt (Silvan Fischer)
- Wasserstand Informationsquellen
- Witterungsbedingte Informationen
- 14:15 **Umgang mit der Bergeleine (Wurfsack) Station A**
- Zielwurf-Wettkampf für alle Personen (tolle Preise zu gewinnen)
- 15:00 **Praktisches Sicherheitstraining Station B**
Sicherung einer Stelle bei welcher Kenterungen möglich sind
- Vom Ufer aus
- Auf dem Wasser

Retten von schwimmenden Personen vom Ufer aus

Retten einer bewusstlosen Person vom Ufer aus

Bergen einer bewusstlosen Person im fließenden Gewässer

Bergen eines Kajaks vom Ufer aus (Teamwork)

Bergen eines Schwimmers mit Boot (Karabiner)

Bergen eines Kanadiers mit Wurfsack

Bergen einer Person mit Kajak
- 16:30 **Schlussbesprechung Station A**