

Wie fit ist die Feuerwehr?

Die FUK Nord startet das Pilotprojekt „Fit For Fire“

Wohnhausbrand. Im dritten Stock Kinder vermisst. Innenangriff. Menschenrettung. Mit 25 Kilo persönlicher Schutzausrüstung und C-Leitung nach oben. Unerträgliche Hitze und Rauch. Türen aufbrechen, Räume absuchen.

Ein Horrorszenario. Jeden Feuerwehrangehörigen kann es bei Alarm in der nächsten Minute treffen. Ein solcher Einsatz verlangt körperliche und psychische Fitness. Jedes Jahr erleiden Feuerwehrleute im Einsatz- und Übungsdienst Herzinfarkte, weil sie Höchstleistung bringen müssen, aber Ausdauer und Kondition nicht auf dem besten Stand sind. Die persönliche Schutzausrüstung wird immer besser, der Faktor Mensch hingegen nicht. Bewegungsmangel, Fehl- und Überernährung nehmen immer mehr zu – und machen auch vor den Feuerwehren nicht halt. Aktuelle Studien bestätigen diese Entwicklung.

160 Wehrführer befragt

Die FUK Nord nahm diese Entwicklung zum Anlass, ein Angebot für Freiwillige Wehren zu entwickeln, Leistungsfähigkeit und Fitness fachlich angeleitet zu trainieren.

Um festzustellen, ob, wie oft, wie regelmäßig und welcher Art bei freiwilligen Feuerwehren Schleswig-Holsteins und Mecklenburg-Vorpommerns sportliche Aktivitäten stattfinden, führte die FUK Nord die Befragung „Wie fit ist die Feuerwehr?“ durch. 160 Wehrführer der größten freiwilligen Wehren beider Länder wurden zum Sport innerhalb ihrer Wehren befragt – 95 antworteten. Die Ergebnisse regen zum Nachdenken an: Nur bei 44% wird regelmäßiger Sport betrieben, nur bei einem Viertel aller befragten Feuerwehren geschieht das einmal pro Woche. Mannschaftssportarten wie Volleyball und Fußball führen die Beliebtheitskala an. Schwimm-

men und Lauftraining liegen auf den Plätzen drei und vier.

Training notwendig

Die große Mehrheit von 87% sieht ein Fitnesstraining in der Feuerwehr als notwendig bis sehr notwendig an. Erschreckend: Jeder sechste Wehrführer bescheinigt mehr als der Hälfte seiner Atemschutzgeräteträger mangelhafte Fitness. Dass mehr als 80% ihrer Atemschutzgeräteträger fit sind, stellt nur ein Drittel der Befragten fest. Grundsätzlich beurteilen die Wehrführer der regelmäßig sportlich aktiven Wehren die Fitness ihrer Atemschutzgeräteträger besser als in den Wehren ohne regelmäßige sportliche Aktivitäten. Sicher sind diese Einschätzungen als subjektiv zu werten. Es sind jedoch die Wehrführer, die in Einsatz und Übung mit ihren Kame-

raden zusammenarbeiten und deren Stärken und Schwächen am besten kennen.

Deutlich wurde in der Befragung allerdings auch, dass mitunter von Seiten der Kommunen die sportlichen Aktivitäten im Keime erstickt wurden, da den Wehren die Nutzung kommunaler Sportstätten versagt blieb. Von den regelmäßig sportlich aktiven Wehren hingegen erhalten 79% Unterstützung durch die Kommune.



Sportprojekt konzipiert

Für den harten Job des Lebensretters ist eine gute körperliche und geistige Fitness lebensnotwendig. Die FUK Nord möchte es deswegen nicht beim bloßen Appell an die Feuerwehren belassen, sich fit zu halten. Sechs Feuerwehren im Betreuungsgebiet der FUK Nord (Boizenburg, Güstrow, Kiel – Schilksee, Lüttenburg, Rendsburg und Wismar) wird in Zusammenarbeit mit Landes- und Kreissportverbänden in MV und SH ein professionell angeleitetes Fitnesstraining angeboten, in dem auch der Faktor Spaß nicht zu kurz kommen soll. Das Training unter dem eingängigen Namen „Fit For Fire“ werden von erfahrenen Trainerinnen und Trainern vor Ort durchgeführt. „Fit For Fire“ läuft zunächst über fünfzehn Wochen als Pilotprojekt. Die FUK Nord will im Rahmen des Projektes die Resonanz auf ein solches Angebot in den Wehren testen. Mit den Erkenntnissen ist ein umfassenderes Angebot des „Fit For Fire“ – Trainings 2004 vorgesehen.

*Christian Heinz
FUK Nord, Abteilung Prävention*

