

## SICHERHEITS-CHECKLISTE FEUERWEHRLAUF

### IM VORFELD

- Das Einverständnis der Wehrführung liegt vor. Dies gilt nicht nur für die ausrichtende Feuerwehr, sondern auch für alle teilnehmenden Feuerwehr-Mannschaften. Das Entsendungsprinzip ist einzuhalten, d.h. die Teilnahme einer Feuerwehr-Mannschaft wird offiziell durch ihre Wehrführung schriftlich angemeldet (Anmeldebogen).
- Der Feuerwehrlauf ist mit offiziellem Termin, Ort und Uhrzeit im Dienstplan festgehalten.
- Die Laufveranstaltung muss organisatorischen Bezug zur Feuerwehr haben, das heißt sie wird z.B. von einer Freiwilligen Feuerwehr, einem Kreis- oder Stadtfeuerwehrverband oder einem Landesfeuerwehrverband ausgeschrieben.
- Der Feuerwehrlauf richtet sich ausschließlich an Mannschaften der Feuerwehren, die sich untereinander sportlich vergleichen. Bei größeren Laufveranstaltungen, in die der Feuerwehrlauf organisatorisch eingebunden wird, muss die Feuerwehr eine eigene Wertungskategorie erhalten.

### LAUFSTRECKE

- Die Strecke ist vor Veranstaltungsbeginn von den Organisatoren selbst durchlaufen und auf Sicherheitsaspekte überprüft worden.
- Die Laufstrecke besteht aus gut ausgebauten Wegen (Waldboden/harte Naturwege, Asphalt, trittsicher und möglichst frei von Stolperstellen), nach Möglichkeit öffentliche und stark befahrene Straßen meiden.
- Es sind ausreichend Sicherungs-/Streckenposten (v.a. an Stellen, die öffentliche Verkehrswege kreuzen) vorhanden (an Straßenüberquerungen keine Jugendfeuerwehrangehörigen als Sicherungs-/Streckenposten) ggf. Absperrungen öffentlicher Straßen mit Behörde / Polizei im Vorfeld abstimmen.
- Es sind ausreichend Schilder/Wegweiser zur Orientierung vorhanden.
- Es sind ausreichend Sanitätspersonal und Ersthelfer-Ausrüstung im gesamten Streckenverlauf vorhanden, die Vorhaltung eines AED (Automatisierter Externer Defibrillator) wird empfohlen.
- Auf der Laufstrecke ist auf weitere Passanten, Läufer, Walker (mit Stöcken), Hundehalter u.ä. zu achten.
- Es sind im Zielbereich Getränke (Mineralwasser oder stark verdünnte Saftschorlen), Obst und Riegel für die Zieleinläufer/innen vorhanden.

*Achtung:* Durch Nachkontrolle sicherstellen, dass niemand zurückbleibt!

### BEI LAUFVERANSTALTUNGEN AM ABEND – NACH MÖGLICHKEIT TAGSÜBER DURCHFÜHREN

- Die Strecke ist ausreichend ausgeleuchtet.
- Die Läufer/innen verfügen über helle, reflektierende Bekleidung (bspw. Leuchtweste, Kleidung mit Reflektorstreifen), separate Laufreflektoren (bspw. Bänder), Stirnlampen (LED-Lampen).

*Achtung:* Generellen Mehrbedarf an Strecken und Sicherungsposten berücksichtigen!

### SPORTAUSRÜSTUNG

- Die Läufer/innen verfügen über zweckmäßige Sportkleidung (funktionelle Bekleidung) in Abhängigkeit von der Jahreszeit und aktuellen Wetterlage.
- Die Läufer/innen verfügen über entsprechende *Laufschuhe*, die für den Wettbewerb geeignet sind.
- Läufer/innen mit Kopfhörern (z.B. zur Musikwiedergabe) sind darauf hingewiesen worden, die Lautstärke während des Laufs möglichst niedrig zu halten, um mögliche bevorstehende Gefahren zu erkennen.

### GESUNDHEIT

- Grundsätzlich sollten nur Personen an dem Lauf teilnehmen, die sich dazu körperlich und gesundheitlich in der Lage fühlen. Gegebenenfalls ist vorab ärztlicher Rat einzuholen.
- Die Läufer/innen haben sich unmittelbar vor Beginn genügend aufgewärmt (*FitForFire*-Aufwärmfibel) und Flüssigkeit zu sich genommen (ausgeglichener Flüssigkeitshaushalt).