

# Unfallprävention

## FECHTEN

### Allgemeines

Trainerinnen und Trainer

- ✓ gewährleisten bei ihrer Tätigkeit eine aktive, dem Entwicklungsstand der Teilnehmer:innen angepasste Aufsicht.
- ✓ regen die Teilnehmer:innen zu einem bewussten Umgang mit Risiko an.
- ✓ beherrschen den Umgang mit den Waffen und kennen die damit verbundenen Risiken.
- ✓ sorgen für eine hindernisfreie Trainingsfläche (kein herumliegendes Material).

### Persönliche Schutzausrüstung

Trainerinnen und Trainer

- ✓ stellen sicher, dass nur mit einer kompletten und korrekt getragenen Ausrüstung gefochten wird, bestehend aus Jacke, Hose, Socken, Brustschutz, Handschuh, Maske und Waffe.

### Präventionsmaßnahmen bei der Sportaktivität

Trainerinnen und Trainer

- ✓ beaufsichtigen das Geschehen auf der Trainingsfläche auch vor und nach dem geleiteten Training.
- ✓ führen in jedem Training ein gründliches, funktionelles Aufwärmprogramm durch, das den gesamten Körper (Gelenke und Muskulatur) vorbereitet sowie Kräftigungsübungen zur Gelenkstabilisation (insbesondere der Fuß-, Knie-, Hüft- und Handgelenke) beinhaltet.
- ✓ sorgen dafür, dass einmal gebrochene Klingen nicht wieder verwendet werden.
- ✓ prüfen, dass die Übungswaffen intakt sind.
- ✓ setzen durch, dass die Waffe stets am Griff mit der Spitze nach unten getragen wird.

- ✓ stellen das Einhalten von Regeln sicher und fördern faires Verhalten in Training und Wettkampf.
- ✓ sorgen für eine angepasste Trainings-/Unterrichtsintensität, insbesondere beim Wiedereinstieg nach einer Trainingspause (z.B. nach Verletzung oder Krankheit).
- ✓ schlagen den Teilnehmenden nach einer Gelenksverletzung vor, abzuklären, ob der Einsatz einer Orthese (Hilfsmittel zur Stabilisierung) sinnvoll wäre.
- ✓ achten auf genügende Flüssigkeitszufuhr.

### Spezielles im Wettkampf-Fechten

Trainerinnen und Trainer

- ✓ lassen Verletzte und Kranke erst nach Ausheilung und Genesung an Wettkämpfen teilnehmen.

### Spezielles im Kinderfechten

Trainerinnen und Trainer

- ✓ lassen die Kinder nur auf der Piste und auf ein definiertes Signal fechten.
- ✓ lehren den Kindern der Gegnerin oder dem Gegner zu signalisieren, wenn sie eine Pause machen oder die Maske abziehen wollen.

