Unfallprävention
ROLLKUNSTLAUF

Allgemeines
Trainerinnen und Trainer

- gewährleisten bei ihrer Tätigkeit eine aktive, dem Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen entsprechende Aufsicht und Sorgfalt.
- sorgen für aktive Erholungs- und Regenerationsmaßnahmen, damit die Jugendlichen vor Überlastungsschäden geschützt werden.
- regen zu einem bewussten Umgang mit Risiko an.

Persönliche Schutzausrüstung
Trainerinnen und Trainer

- empfehlen einen Helm und weitere Schutzausrüstung zu tragen.
- empfehlen situativ weitere Schutzausrüstung (z.B. Helm, Knie-, Ellenbogen- und Handgelenkschoner), u.a. beim Einüben von schwierigen Elementen.
- sorgen dafür, dass Kinder immer einen Helm und weitere Schutzausrüstung tragen.

Präventionsmaßnahmen bei der Sportaktivität
Trainerinnen und Trainer

- sorgen für ein gezieltes Training der Knie-, Rumpf-, Nacken- und Schultergelenksmuskulatur (Stabilisations-/Krafttraining).
- reduzieren bei aufkommender Ermüdung rechtzeitig die Komplexität/Intensität der Übungen, insbesondere bei Sprüngen.
- sorgen für eine alters- und niveauangepasste Trainings- und Wettkampfintensität. Das gilt insbesondere beim Wiedereinstieg nach einer Trainingspause (v.a. nach Verletzung oder Krankheit).
- schlagen den Teilnehmer:innen nach Gelenkverletzungen vor (insbesondere am Knie), abzuklären, ob der Einsatz einer Orthese (Hilfsmittel zur Stabilisierung) sinnvoll wäre.
- sorgen für das Einhalten der sicherheitsrelevanten Regeln des Vereins/Verbandes im Training wie auch im Wettkampf und fördern faires Verhalten.
- organisieren Übungen und Spielformen so, dass das Risiko von Unfällen durch Kollisionen möglichst vermieden wird.