



SICHER EISLAUFEN

Durch tiefwinterliche Temperaturen laden jedes Jahr zahlreiche Tümpel, Teiche und Seen zum Eislaufen ein.

Doch Vorsicht: Oft reicht die Tragfähigkeit des Eises noch nicht aus oder ein Tauwetter kann über Nacht eine sichere Eisbahn in eine lebensgefährliche Unterlage verwandeln.

Bei Bacheinläufen und Randzonen ist besondere Vorsicht geboten – dies gilt auch für fließende Gewässer, die meist eine wesentlich dünnere Eisdecke aufweisen.

Warntafeln stehen deshalb nicht umsonst herum.

Nochmals die wichtigsten Tipps für gefahrloses Schlittschuhlaufen auf zugefrorenen Gewässern.

Verhalten vor dem Betreten von Eisflächen

- Warntafeln beachten
- Sperrzonen nicht betreten
- Festigkeit der Eisfläche prüfen
- Risse und Sprünge beachten
- Besondere Vorsicht nach Tauwetter

Verhalten bei Unfällen durch Einbrechen in Eis

- Mit den Armen auf der Eisdecke Halt suchen
- Eine Bergung nie ohne Seilsicherung oder Sicherung durch einen zweiten Helfer durchführen
- Tragfähigkeit der Eisdecke prüfen
- Auf breiter Unterlage sich liegend dem Eingebrochenen nähern
- Hilfsmittel verwenden (Bretter, Leiter, Stangen)
- Rettungskräfte alarmieren



Selbstschutz beim Skifahren & Snowboarden

Gefahrenvermeidung setzt Gefahrenbewusstsein voraus !!!

Selbstschutz ist der beste Schutz!

Wichtigster Bestandteil eines wirksamen Selbstschutzes beim Skifahren und Snowboarden ist, selbst kontrolliert zu fahren. Kontrollierte Fahrweise heißt, die Fahrlinie und die Fahrgeschwindigkeit auf das Gelände, die Schneeverhältnisse, das Wetter, das Vorhandensein anderer Personen und nicht zuletzt auch auf das eigene Können und die eigene Kondition abzustimmen.



Aufwärmen

Bewegungsübungen vor Beginn des Sports

Mit Abstand fahren Sie am besten

Die meisten Kollisionsunfälle sind vermeidbar, wenn die Beteiligten zueinander einen ausreichenden Abstand einhalten. Es ist nicht immer leicht optimalen Abstand zu anderen Pistenbenützern einzuhalten. Durch Reduzierung der Geschwindigkeit können jedoch in vielen Fällen Kollisionsunfälle vermieden werden. Snowboarder fahren eine andere Fahrlinie als Skifahrer.

Vorrang hat der vordere und langsamere Skifahrer

Deshalb, weil er ja hinten keine Augen hat und daher nur der Hintere und Schnellere sich auf den vorderen Pistenbenützer einstellen kann, aber nicht umgekehrt.

Hinweistafeln

Panoramatafeln, Richtungsweiser, Pistenkennzeichnungen u. ä. sind zu Ihrer Information aufgestellt. Sperrtafeln sind unbedingt zu beachten!



Achtung vor dem Pistenrand

Nur innerhalb der Pistenränder gibt es einen vom Pistenhalter vorsorglich gesicherten Skiraum. Jeder Benützer sollte so fahren, dass er weder absichtlich noch unabsichtlich (Sturz, Ausweichbewegung) über den Pistenrand hinausgerät.

Alle angrenzenden Bäume, entlang der Piste können nicht abgesichert werden. Fahren Sie nicht in gesperrte Hänge ein (Lawinengefahr = Lebensgefahr).



Bergrettungsdienst
Notruf
140