



Fit für den Feuerwehreinsatz:

# Ausbildung zum Feuerwehr- Sport-Assistenten

Sonderdruck aus *Unfallversicherung aktuell* 4/2013

Fit für den Feuerwehreinsatz:

# Ausbildung zum Feuerwehr-Sport-Assistenten

Vor dem Hintergrund der Kampagne „Denk an mich. Dein Rücken“ kümmert sich die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB) auch um die körperliche Leistungsfähigkeit von Angehörigen der Freiwilligen Feuerwehren in Bayern. In einem neuen Programm werden Feuerwehr-Sport-Assistenten ausgebildet, die als Multiplikatoren ihre Kameraden bei der Verbesserung ihrer Fitness anleiten. Sie sind zudem berechtigt, das Deutsche Feuerwehr-Fitness-Abzeichen abzunehmen. Dieses Abzeichen soll Einsatzkräften der Freiwilligen Feuerwehr als Motivation dienen, zielgerichtet zu trainieren, um ihre Ausdauer, Kraft und Koordination für den Einsatzdienst zu verbessern.



amt und Familie noch Sport zu treiben. Dabei stellen Feuerwehren schon seit längerem fest, dass einige Feuerwehrangehörige bei Einsätzen mitunter an ihre körperlichen Grenzen stoßen.

Jedem ist bewusst, dass ein gesunder Lebensstil mit einem vernünftigen Maß an regelmäßiger Bewegung unserem Körper und Wohlbefinden gut tun. Und trotzdem werden wir nicht aktiv. Genau an diesem Punkt stellt sich die Frage, wie sich Feuerwehrangehörige motivieren lassen, regelmäßig an einem Sport- und Bewegungsprogramm teilzunehmen, wie ein derartiges Training aufgebaut sein sollte, wie die körperliche Leistungsfähigkeit verbessert werden kann, ohne dass der Sport selbst zum Unfallschwerpunkt wird, und welche Qualifikationen die Trainer benötigen, um die Trainingsziele auf die Anforderungen des Einsatzdienstes abzustimmen.

## Hintergrund

Nach der Unfallverhütungsvorschrift (UVV) „Feuerwehren“ (GUV-V C53) dürfen für den Feuerwehrdienst nur körperlich geeignete Feuerwehrangehörige eingesetzt werden. Entscheidend dafür ist neben dem Gesundheitszustand und dem Alter vor allem die körperliche Leistungsfähigkeit.

Die Leistungsfähigkeit zu fördern wird von der KUVB als wichtiger Bestandteil des Gesundheitsschutzes angesehen, denn die physischen Belastungen im Einsatz sind leichter zu bewältigen, wenn die Feuerwehrangehörigen körperlich fit sind. Im Ernstfall bleiben „Reserven“, sich selbst und andere in Sicherheit zu bringen.

Bei Atemschutzgeräteträgern muss die körperliche Eignung nach dem berufsgenossenschaftlichen Grundsatz für arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen „Atemschutzgeräte“ (G26.3) turnusmäßig festgestellt und überwacht werden. Hinzu kommen regelmäßige Belastungsübungen nach definierten Kriterien, die mögliche physische Leistungsdefizite erkennen lassen. Allerdings ist für alle anderen Feuerwehrangehörigen keine entsprechende Überprüfung vorgesehen. Jedoch sind auch Einsätze ohne Atemschutz sehr anstrengend: die Ausrüstung ist schwer, die persönliche Schutzausrüstung schränkt die Bewegungsfreiheit ein, Hitze und Kälte sowie der Zeitpunkt und die Dauer des

Einsatzes, aber auch die gebotene Eile bei der Rettung von Menschenleben machen den Einsatzkräften zu schaffen. Die dabei auftretenden Beanspruchungen sind oft außerordentlich hoch. Ist man dann nicht körperlich fit, kann es zu Gesundheitsschäden kommen.

Wir alle sitzen viel zuviel, mit der Folge, dass sich gesundheitliche Probleme häufen. Oft fehlt die Zeit, neben Beruf, Ehren-





Fotos: H. Behrends

### Feuerwehr-Sport-Assistent

Die Antwort darauf hat die KUVB in ihren Lehrgängen zur Ausbildung zum Feuerwehr-Sport-Assistenten erarbeitet. Zwei Pilotlehrgänge haben im Juli 2013 bereits stattgefunden.

### Ziel des Lehrgangs

Die Feuerwehr-Sport-Assistenten lernen, welchen positiven Einfluss regelmäßige

und abwechslungsreiche Formen der Bewegung auf den Körper, den Alltag und die Leistungsfähigkeit haben. Dieses Wissen geben sie an ihre Kameraden weiter, die sie beim Training zielgerichtet unterstützen, und zwar unabhängig von ihrem Fitnessstand.

Im Rahmen des Lehrgangs wird gezeigt, wie das Bewegungsangebot an den Standorten für alle sportlichen Leistungsstufen abwechslungsreich gestaltet werden kann. Um auf die Anforderungen im Einsatz vorzubereiten, werden vielfältige Trainings vorgestellt, die insbesondere die Kraftausdauer verbessern.

Mit einer positiven Einstellung zum Sport und mit den im Lehrgang aufgezeigten Möglichkeiten sollen die Feuerwehr-Sport-Assistenten als Multiplikatoren ihre Kameraden für Bewegung begeistern. Denn ein interessantes Sportangebot, idealerweise im Team, motiviert die Kameraden, ihre Ausdauer, Kraft und Koordination für die kommenden Einsätze zu verbessern.

### Inhalte

Die Dauer der Ausbildung zum Feuerwehr-Sport-Assistenten ist auf zwei ganze Tage angesetzt. Die Inhalte setzen sich aus theoretischen und praktischen Lerneinheiten zusammen, wie z. B.:

- positive Auswirkungen des Sports auf den Körper,
- Bewegung, Sport und Fitness in der Freiwilligen Feuerwehr,

- Erkennen von Gefahren beim Sport (Überlastungsschäden und Unfälle vermeiden),
- Rückengesundheit und -gymnastik (Theorie und Praxis zur Kampagne „Denk an mich. Dein Rücken“),
- alternative Möglichkeiten des Aufwärmens,
- Training der Koordination, des Gleichgewichts, der Orientierung und der Reaktion,
- Training der Kraftausdauer,
- Training mit neuen Geräten (z. B. Reaktivtraining, Schlingentraining, Kettlebell),
- Deutsches Feuerwehr Fitness Abzeichen (Einführung, Disziplinen, Möglichkeit der Abnahme).

### Veranstaltungsort

Für die Lehrgänge ist eine geeignete Schulungsstätte erforderlich, die neben Sportstätten auch Seminarräume, Zimmer zur Unterbringung der Teilnehmer sowie Verpflegung bietet. Als idealer Standort des Lehrgangs hat sich die Sportschule Oberhaching im Landkreis München herausgestellt ([www.sportschule-oberhaching.de](http://www.sportschule-oberhaching.de)). Der Bayerische Landes-Sportverband und der Bayerische Fußball-Verband haben mit Unterstützung der Bundesrepublik Deutschland und des Freistaates Bayern eine hochmoderne Sportschule errichtet, die sich über eine Fläche von 220.000 m<sup>2</sup> erstreckt und 2006 WM-Quartier der Fußball-Nationalmannschaft von Paraguay war. Dieser Standort bietet auch das passende Umfeld, um außerhalb der Lehrgangszeiten aktiv Sport in der Gruppe betreiben zu können.

### Teilnehmer

An der Ausbildung zum Feuerwehr-Sport-Assistenten können alle aktiven Angehörigen bayerischer Freiwilliger Feuerwehren teilnehmen, die:

- Interesse und Freude am Sport haben und dies gerne anderen vermitteln wollen,



- sporttauglich sind (z. B. sportmedizinisches Gutachten oder gültige G26.3 Bescheinigung),
- sicher schwimmen können,
- ausreichende pädagogische Kenntnisse in der Wissensvermittlung haben (z. B. „Ausbilder in der Feuerwehr“ bzw. entsprechende berufliche Qualifikationen),
- ausreichende Erste-Hilfe-Kenntnisse besitzen (z. B. Befähigung zum betrieblichen Ersthelfer),
- bereit sind, das in der Ausbildung erworbene Wissen zur Verbesserung der Fitness in den Feuerwehren anzuwenden und weiterzugeben.

### Das Deutsche Feuerwehr Fitness Abzeichen als Motivationsziel

Die Feuerwehr-Sport-Assistenten sind ermächtigt, den Trainingsstand der Feuerwehrangehörigen zu überprüfen und das Deutsche Feuerwehr Fitness Abzeichen (DFFA) zu verleihen. Das DFFA der Deutschen Feuerwehr Sport Föderation ist das sportliche Fitnessabzeichen der Feuerwehr als Auszeichnung für gute und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit.

Im Gegensatz zu anderen Sportabzeichen bietet das DFFA für jeden Feuerwehrangehörigen die Möglichkeit, die körperliche Fitness in Bezug auf den Feuerwehreinsatz zu überprüfen. Das DFFA soll Feuerwehrangehörige motivieren, zielgerichtet zu trainieren, um ihre körperliche Leistungsfähigkeit in den Bereichen Ausdauer, Kraft und Koordination zu verbessern.

Zum Erwerb des Abzeichens müssen die Feuerwehrangehörigen in jedem der drei Bereiche eine vorgegebene Disziplin auswählen und altersabhängige Leistungswerte erzielen:

- Ausdauer (5.000 m Lauf, 1.000 m Ausdauerschwimmen oder 20 km Radfahren),
- Kraft (Bankdrücken, Klimmziehen oder Endlosleiter) und

- Technik-Koordination (Parcours, Kasten-Bumerang-Test, 200 m Kombi-Schwimmen).

Aus jedem der drei Bereiche muss nur eine Disziplin erfüllt werden. Dabei kann jeder Feuerwehrangehörige individuell die Übung auswählen, die ihm am meisten zusagt. Ergänzend zu den Grunddisziplinen können weitere Zusatzangebote ausgewählt werden, um die eigene Leistung nachzuweisen. Je nach Ergebnis wird dann das Deutsche Feuerwehr Fitness-Abzeichen in Bronze, Silber oder Gold verliehen.

Eine detaillierte Beschreibung des Deutschen Feuerwehr Fitness-Abzeichens findet sich im Internet unter [www.dfs-ev.de](http://www.dfs-ev.de) © DFFA. Die Abnahme des Abzeichens erfolgt nach den Maßgaben der Deutschen Feuerwehr Sport Föderation e.V. Die Abzeichen und Urkunden, die von den Feuerwehr-Sport-Assistenten abgenommen werden, werden von der Deutschen Feuerwehr Sport Föderation über die KUVB bereitgestellt.

### Lehrgangsbewertung

Zum Abschluss des Lehrgangs zum Feuerwehr-Sport-Assistenten wurden die Teilnehmer gebeten, mit Hilfe von Fragebögen die Inhalte zu bewerten. Dabei war von besonderem Interesse, ob die Teilnehmer der Meinung sind, dass sie durch die erworbenen Fähigkeiten und Kenntnisse ihre Kameraden an den Standorten motivieren und zum Sport anleiten können.

Aufgrund der sehr positiven Rückmeldungen zu diesen Fragestellungen beabsichtigt die KUVB auch im Jahre 2014 Lehrgänge zum Feuerwehr-Sport-Assistenten anzubieten. Die Ausschreibung erfolgt über unser Feuerwehrportal auf [www.kuvb.de](http://www.kuvb.de).

*Autor: Dipl.-Ing. (FH) Thomas Roselt,  
Geschäftsbereich Prävention der  
Kommunalen Unfallversicherung Bayern*

## Fitness in der Feuerwehr

Der Feuerwehrdienst ist bekanntermaßen mit nicht alltäglichen Belastungen und Gefahren verbunden. Im Einsatz kommt zu den körperlichen Belastungen Stress hinzu, was das Belastungsniveau zusätzlich steigert. Sowohl Kraft als auch Ausdauer gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um die Aufgaben der Feuerwehr sicher und erfolgreich bewältigen zu können. Mit der Sicherheit, die sich aus der körperlichen Fitness ergibt, steigt gleichzeitig auch die Fähigkeit, Stresssituationen begegnen zu können. Im umgekehrten Fall bricht bei weniger leistungsfähigen Feuerwehrleuten unter Stress die Leistungsfähigkeit weiter ein.

Ein körperlich leistungsfähiger Atemschutztrupp, der den Auftrag erhält, in einem verrauchten Gebäude nach vermissten Personen zu suchen, wird seine Aufgabe effizienter und länger durchführen können als seine weniger trainierten Kameraden. Jedoch nicht nur beim Atemschutzereinsatz, sondern auch in anderen Situationen – selbst außerhalb des eigentlichen Gefahrenbereiches – können bei banal klingenden Einsatzaufträgen hohe körperliche Belastungen auftreten: Das Aufstellen der dreiteiligen Schiebleiter, das Instellungbringen einer Tragkraftspritze und die Handhabung eines hydraulischen Spreizers erfordern Kraft und Ausdauer. Somit wäre es verkehrt, körperliche Leistungsfähigkeit nur von Atemschutzgeräteträgern zu fordern und nur an der arbeitsmedizinischen Untersuchung nach G26.3 bzw. der jährlichen Belastungsübung nach FwDv 7 zu messen.

# Lehr am Beispiel der Freiwilligen Feuerwehr Ottobrunn

Mit der körperlichen Belastung steigt zudem das Risiko von Unfällen. Leistungsreserven dienen somit auch dazu, das Unfallrisiko zu senken.

Bei der Freiwilligen Feuerwehr Ottobrunn wird daher Wert darauf gelegt, dass möglichst jedes Mitglied etwas für seine Fitness tun kann. Zu diesem Zweck findet einmal wöchentlich ein Dienstsport von 2,5 Stunden Dauer statt, in dem Kraft, Ausdauer und Koordination trainiert werden. Eine Trainingseinheit besteht im Regelfall aus dem Aufwärmen, mehreren Übungen (wie z. B. Zirkeltraining) und (Ball-)Spielen und dem Cooldown. Diese Struktur wird stetig beibehalten, jedoch können die Übungsinhalte variieren.

Die Termine sind vom Kommandanten angeordnet und werden im monatlichen Übungsdienstplan veröffentlicht. Somit ist sichergestellt, dass sie unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung stehen.

Da die Schulturnhalle, die für den Dienstsport genutzt wird, in den Schulferien nicht genutzt werden kann, wird in diesen Zeiträumen auf andere Aktivitäten wie z. B. Schwimmen ausgewichen.

Zur Zeit nehmen von ca. 25 interessierten Kameraden an den Trainingsabenden regelmäßig 15 bis 20 teil. Das Angebot wird in erster Linie von den Jüngeren genutzt.

Um die Durchführung des Dienstsports kümmern sich sechs Kameraden, von denen zwei sogar ausgebildete Fitness-

trainer sind. Es wäre ideal, wenn über die gesetzliche Unfallversicherung, das heißt in Bayern über die Kommunale Unfallversicherung (KUVB), oder den Landesfeuerwehrverband ein Angebot geschaffen werden würde, die Qualifikation zum (Feuerwehr-)Sportübungsleiter zu erlangen.

Ergänzend zu dem wöchentlichen Übungstermin ist die Freiwillige Feuerwehr Ottobrunn gerade dabei, ein weiteres Sportangebot zu schaffen. Im Gerätehaus wurde ein Fitnessraum eingerichtet und ausgestattet. Nach einer Einweisung sollen die Kameraden in Zukunft selbständig diese Einrichtung nutzen können. Mittelfristig soll der Fitnessraum so ausgestattet werden, dass Kardiotraining möglich ist und alle Muskelgruppen an verschiedenen Geräten trainiert werden können.

Seit kurzem bietet das Deutsche Feuerwehr-Fitness-Abzeichen (DFFA) einen weiteren Anreiz für körperliche Leistungen. Nachdem drei Sportübungsleiter der Freiwilligen Feuerwehr Ottobrunn an einem von der KUVB durchgeführten Lehrgang zum Feuerwehr-Sportassistenten teilgenommen und die Abnahmeberechtigung für das DFFA erworben hatten, begannen die Kameraden im August 2013 mit der Abnahme der Leistungen.

Das DFFA ist dabei auch auf das Interesse von Kameraden gestoßen, die bisher nicht am Dienstsport teilgenommen haben. Insgesamt 30 Einsatzkräfte haben bisher mit dem DFFA begonnen; der erste hat bereits die Leistungen in den drei Kategorien Kraft, Ausdauer und Koordination erfüllt,

einige weitere haben es sich zum Ziel gesetzt, Gold im ersten Anlauf zu schaffen. Insgesamt zeigt sich, dass mit einem zusätzlichen Angebot die Bereitschaft zur sportlichen Betätigung zugenommen hat.

Das Sportangebot soll weiter ausgebaut werden. Als Möglichkeiten dafür werden die Teilnahme an Wettkämpfen (z. B. Läufen und Triathlons) angestrebt. Einzelne Kameraden haben bereits an solchen Wettkämpfen teilgenommen; das Ziel ist nun, den Teilnehmerkreis zu erweitern und weitere Kameraden für die Teilnahme zu gewinnen. Ein möglicher Anreiz soll die Bereitstellung von Fitnessbekleidung im Design der Freiwilligen Feuerwehr Ottobrunn sein.

Ottobrunn ist eine junge Gemeinde im Südosten des Landkreises München mit 20.000 Einwohnern. Neben der dritthöchsten Besiedlungsdichte Deutschlands finden sich im Ortsgebiet Industrieunternehmen mit unterschiedlichem Gefahrenpotential. Zudem gehört zum Einsatzgebiet der FF Ottobrunn ein Abschnitt des dicht befahrenen Autobahnringes um München.

Die FF Ottobrunn wurde vor 99 Jahren gegründet. Sie hat aktuell ca. 130 Einsatzkräfte sowie eine Jugendgruppe mit 23 Angehörigen. Neben ihren hoheitlichen Aufgaben betreibt die FFO einen First-Responder-Dienst und kam 2012 auf insgesamt 705 Einsätze. Weitere Informationen siehe [www.feuerwehr-ottobrunn.de](http://www.feuerwehr-ottobrunn.de).

FF Ottobrunn

# Teilnehmer berichten: **Pilotlehrgang Feuerwehr-Sport-Assistent**

Interview mit Hans-Gerhard Bullinger, stv. Vorsitzender des Landesfeuerwehrverbandes Bayern e. V. (LFV), Kreisbrandrat Johann Eitzenberger, Kreisfeuerwehrverband Garmisch-Partenkirchen e. V., stv. Vorsitzender des BFV Oberbayern, und Stadtbrandrat Holger Heller, Stadt Schwabach, stv. Vorsitzender des BFV Mittelfranken.

*UV-aktuell: Es hat uns sehr gefreut, dass sich gleich drei Funktionäre des Landesfeuerwehrverbandes Bayern e. V. (LFV) für unseren Pilotlehrgang „Feuerwehr-Sport-Assistenten“ im Rahmen der Präventionskampagne „Denk an mich. Dein Rücken.“ angemeldet haben. Noch mehr hat uns beeindruckt, wie aktiv Sie sich an den Lehrgangsmodulen beteiligt haben und dass Sie sich als Führungs- und aktive Einsatzkräfte zu Feuerwehr-Sport-Assistenten ausbilden lassen. Welche Motivation haben Sie mit Ihrer Anmeldung verbunden?*

**Bullinger:** Es hat mich schon sehr interessiert, was im Rahmen der Präventionskampagne auf die Feuerwehren zukommt und was hier von den Feuerwehrdienstleistenden verlangt wird. Mein persönlicher Anspruch ist immer: Verlange nichts von Deinen Feuerwehrdienstleistenden, was Du nicht selbst bereit bist zu tun.

**Eitzenberger:** Nachdem ich beruflich als Verwaltungsbeamter überwiegend sitzend tätig bin, weiß ich um die Bedeutung moderater und zielgerichteter sportlicher Betätigung zur Erhaltung einer gesunden Muskulatur. Da ich zudem ein begeisterter Sportler bin, war es für mich keine Frage, an diesem Lehrgang teilzunehmen.

**Heller:** Ich wollte die Inhalte des Lehrganges kennenlernen und mich auch über Erfahrungen der anderen Teilnehmer informieren.



Thomas Roselt, Holger Heller, Sieglinde Ludwig, Hans-Gerhard Bullinger, Johann Eitzenberger

*UV-aktuell: Wie beurteilen Sie den Lehrgang zur Ausbildung von Feuerwehr-Sport-Assistenten und unser dahinterstehendes Konzept – ganz ehrlich – und was war Ihr positivstes Erlebnis während des Seminars?*

**Bullinger:** Zunächst war ich etwas skeptisch: Ich habe mir gedacht, wer sich gerne sportlich betätigt, der geht doch sowieso in einen Sportverein. Ich war aber angenehm davon überrascht, dass die Anforderungen auf unsere Bedürfnisse im Feuerwehralltag zugeschnitten sind. Hier konnte man auch in seinen Körper reinhören und seine persönlichen Leistungsgrenzen feststellen.

**Eitzenberger:** Ich finde das Konzept hervorragend, da die Anleitung zur sportlichen Betätigung leicht verständlich und die Übungen und Vorschläge wirklich für jedermann umzusetzen sind. Das nährt die Hoffnung, dass möglichst bald viele Freiwillige Feuerwehren diese sinnvolle Art der Kameradschaftspflege für sich und alle Aktiven entdecken.

**Heller:** Der Lehrgang war sehr gut organisiert, die Inhalte waren sowohl auf den Zeitrahmen als auch auf den Teilnehmer-

kreis bestens abgestimmt. Positiv für mich war die Tatsache, dass man ohne großen Material- und Zeitaufwand die Fitness verbessern kann.

*UV-aktuell: Sehen Sie Verbesserungspotenzial in unserer Konzeption und wenn ja, welches?*

**Bullinger:** Die Konzeption erscheint mir persönlich als sehr ausgereift und man bemerkt den Stallgeruch, dass es von Feuerwehrleuten für Feuerwehrleute erarbeitet wurde.

**Eitzenberger:** Die einzige Anregung, die ich hier habe: Möglichst viele Lehrgänge anbieten!

**Heller:** Derzeit nein.

*UV-aktuell: Die Euphorie am Ende eines Lehrganges ist immer groß. Welche konkreten Umsetzungsvorschläge für Ihre Feuerwehren haben Sie als „frisch gebackene“ Multiplikatoren, um Ihre Einsatzkräfte zum Sport- und Bewegungsprogramm zu motivieren und auf das Deutsche Feuerwehr-Fitness-Abzeichen (DFFA) vorzubereiten?*

**Bullinger:** Man kann hier nur an jeden Einzelnen appellieren, persönlich auch an seine Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu denken. Die Statistik (z. B. bei der Zunahme von Herz-Kreislauf-Erkrankungen) spricht da eine deutliche Sprache. Wir alle bewegen uns in der heutigen Zeit zu wenig, sollen aber im Feuerwehreinsatz aus dem Stand heraus Spitzenleistungen abrufen. Da verlangen wir von unserem Körper und Geist schon sehr viel. Damit müssen wir uns auseinandersetzen und darauf vorbereitet sein.

**Eitzenberger:** Zuerst gilt es, alle Feuerwehren flächendeckend zu informieren und auf die Möglichkeit des DFFA hinzuweisen. Dann werde ich unverbindliche Probetrainings anbieten und hoffen, dass sich viele Gleichgesinnte finden.

**Heller:** Wir werden noch in diesem Jahr in unserer Wehr ein entsprechendes Vorbereitungstraining für das DFFA durchführen mit dem Ziel, dieses dann auch in den verschiedenen Stufen abzulegen.

*UV-aktuell: Wie schätzen Sie die körperliche Leistungsfähigkeit der Feuerwehrangehörigen in Bayern insgesamt und in Ihrer Feuerwehr speziell ein?*

**Bullinger:** Da ist in Bayern die Bandbreite sehr groß. Es gibt aber, soweit ich das überblicken kann, schon sehr viele gute Ansätze, Fitnessräume in Gerätehäusern oder Lauffreife zum Beispiel. Gerade Feuerwehr ist Teamarbeit und in einer Gemeinschaft macht Bewegung und konzeptionell angeleiteter Sport auch mehr Spaß und der Einzelne wird dadurch motiviert und mitgerissen.

**Eitzenberger:** Die körperlichen Anforderungen werden, insbesondere bei den Atemschutzgeräteträgern, immer höher. Da auch Angehörige handwerklicher Berufsgruppen bei den Freiwilligen Feuerwehren weniger werden, kommt einer ausreichenden körperlichen Fitness durch sportliche Betätigung ein immer größeres Gewicht zu. Da ich persönlich aus dem Landkreis Garmisch-Partenkirchen komme, der als Tourismusregion einen hohen Freizeitwert hat, ist auch bei den aktiven Feuerwehrfrauen und -männern insgesamt eine bereits überdurchschnittliche

Nähe zum Radfahren, Wandern, Skifahren und Sport allgemein vorhanden.

**Heller:** Da ist durchaus bei dem einen oder andern Handlungsbedarf vorhanden. Gehen wir es an!

*UV-aktuell: Wir halten unser Engagement zur Förderung der körperlichen Leistungsfähigkeit aus präventiver Sicht für wichtig und richtig. Wie könnte sich der LfV stärker an der Umsetzung und insbesondere an der Sicherstellung des Erfolgs beteiligen?*

**Bullinger:** Der LfV kann, wie bei allen anderen Bereichen auch, die Mitglieder informieren und über die einzelnen Projekte berichten.

**Eitzenberger:** Insbesondere durch eine starke und zielgerichtete Öffentlichkeitsarbeit sowie durch eine aktive Unterstützung, wie sie durch unsere Teilnahme ja schon erfolgt ist.

**Heller:** Durch Berichterstattung im „Florian kommen“ und in der „brandwacht“. Dieses Thema sollte auch bei diversen Lehrgängen (z. B. Leiter einer Feuerwehr, Jugendfeuerwehrwart) an den staatlichen Feuerweherschulen angesprochen werden.

*UV-aktuell: Sollten aus Ihrer Sicht weitere Kooperationspartner für das Projekt gewonnen werden? Wenn ja, welche und wie könnten diese unsere Idee entsprechend voranbringen?*

**Bullinger:** Wichtig ist es, die Idee in die Fläche zu transportieren und da sind Kooperationspartner als Multiplikatoren ganz entscheidend.

**Eitzenberger:** Das wird sicher lokal unterschiedlich sein. Aber eine Kooperation mit den Sportvereinen, die es ja in jedem Ort gibt, halte ich für sehr sinnvoll.

**Heller:** Das Bayerische Innenministerium und die Feuerweherschulen wären sicher gute Partner.

*UV-aktuell: Die Beurteilung des Seminars war extrem positiv – wie viele Abnahmen des DFFA dürfen wir Ihrer Meinung nach 2014 erwarten, nachdem wir jetzt 41 Multiplikatoren ausgebildet haben?*

**Bullinger:** Das Pflänzchen muss erst wachsen, jetzt schon Zahlen zu nennen, wäre zu früh. Das ist wie mit allem Neuen: Da gilt es dranzubleiben und kontinuierlich weiterzuarbeiten.

**Eitzenberger:** 500 wäre doch eine schöne Zahl.

**Heller:** Da kann ich derzeit nur für meine Wehr sprechen, ich denke, dass wir 2013 noch Feuerwehrdienstleistende motivieren können und das DFFA auch noch abnehmen werden.

*Vielen Dank für das Gespräch!*

*Das Interview führte Sieglinde Ludwig, Leiterin des Geschäftsbereichs Prävention der Kommunalen Unfallversicherung Bayern*



## Kommunale Unfallversicherung Bayern

Ungererstraße 71  
80805 München  
Service-Telefon: 089 36093-440  
Telefax: 089 36093-349  
[www.kuvb.de](http://www.kuvb.de)

## IMPRESSUM

### Herausgeber

Kommunale Unfallversicherung Bayern  
Ungererstraße 71  
80805 München  
Telefon: 089 36093-0  
Telefax: 089 36093-1 35  
Internet: [www.kuvb.de](http://www.kuvb.de)  
E-Mail: [post@kuvb.de](mailto:post@kuvb.de)

### Verantwortlich für den Inhalt

Erster Direktor Elmar Lederer

### Autoren

Thomas Roselt, KUVB, Geschäftsbereich  
Prävention  
Henrik Behrends, FF Ottobrunn  
Sieglinde Ludwig, KUVB, Leiterin des  
Geschäftsbereichs Prävention

### Fotos

H. Behrends, P. & M. Hüfner

### Gestaltung und Druck

Mediengruppe UNIVERSAL  
Kirschstraße 16  
80999 München