



SLRG *team* BADEN-BRUGG



Winter 2020



Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera di Salvataggio SSS
Societat Svizra da Salvament SSS

www.slr-g-baden-brugg.ch

VORSTAND/TRAININGSLEITUNG

| | | |
|---|---|---------------------|
| Präsident | Andreas Kohler Quellmattstr. 7, 5035 Unterefelden praesident@slrg-baden-brugg.ch | 079 / 769 58 39 (M) |
| Vizepräsident | Adrian Obrist Burematt 7, 5243 Mülligen | 079 / 755 41 69 (M) |
| Technische Leiterin | Barbara Schneider Römerstrasse 11B, 5212 Hausen | 079 / 518 85 54 (M) |
| Kursadministratorin | Ilona Kessler Schläflistrasse 12, 3013 Bern | 079 / 394 18 64 (M) |
| Aktuarin | Tanja Rauber-Schatzmann Dorfstrasse 34, 5210 Windisch | 062 / 534 42 31 (P) |
| Finanzen und Mitglieder | Michael Steger Sonnemattstrasse 6, 5400 Baden | 079 / 774 30 58 (M) |
| Materialverwalter | Manuel Zöllig Jurten 9, 5213 Villnachern | 079 / 937 68 59 (M) |
| Presseverantwortliche | Nathalie Zulauf Bahnhofstrasse 5, 5200 Brugg | 079 / 513 18 53 (M) |
| Trainingsleiter Pool Baden und Brugg | Manuel Saxer Hardstrasse 45, 5430 Wettingen | 079 / 785 41 81 (M) |
| Jugendverantwortliche Baden und Brugg | Katrin Wyss Rauchensteinstrasse 14, 5200 Brugg | wykatrin@gmail.com |
| Trainingsleiterin Freigewässertraining | Karin Zehnder Bessersteinblick 1, 5234 Villigen | 079 / 740 48 17 (M) |
| Trainingsleiterin Masters | Tanja Rauber-Schatzmann Dorfstrasse 34, 5210 Windisch | 062 / 534 42 31 (P) |
| Trainingsleiter Kaltwassertraining | Michael Steger Sonnemattstrasse 6, 5400 Baden | 079 / 774 30 58 (M) |

Für E-Mail Anfragen verwenden Sie bitte das Kontaktformular auf unserer Homepage.

EDITORIAL DES PRÄSIDENTEN

Liebe Mitglieder

Ein verflixtes Jahr neigt sich dem Ende zu. So war und ist 2020 alles anders: Kurse und Wettkämpfe wurden abgesagt oder verschoben. Auf einmal verbrachten fast alle ihre Sommerferien in der Schweiz – dies stellte uns Rettungsschwimmer vor neue Herausforderungen. Die Prävention stand noch mehr im Fokus. Unsere Erfahrung und unser Wissen wurden stark nachgefragt. So unterstützten wir Gemeinden bei Sicherheitskonzepten rund um die Flüsse und wurden mehrmals von den Medien kontaktiert. Zeitungen und Radiostationen fragten für Interviews an und sogar das Schweizer Fernsehen kam vorbei. Denn mit der Rettungsaktion Ende Juni erreichten wir viel Aufmerksamkeit und konnten auf die Gefahren rund ums Flussschwimmen hinweisen.

Trotz Corona konnten wir am 8. Juni unsere Trainings wieder aufnehmen. Dazu haben die Trainingsleiter Schutzkonzepte erarbeitet, um im Pool, Fluss und in der Turnhalle mit gewissen Einschränkungen trainieren zu können. Ebenfalls konnten wir Kurse anbieten und über 150 Personen ausbilden.

Es ist davon auszugehen, dass es noch einen Moment dauern wird, bis sich die Lage entspannt. Der Winter und somit kürzere, dunklere Tage sind da – keine einfache Zeit für uns alle. Daher ist es für uns sehr wichtig, unseren Mitgliedern weiterhin gemeinsame Trainings – mit Einschränkungen und unter Einhaltung der strengen Schutzmassnahmen – anbieten zu können.

Wir werden gemeinsam diese äusserst schwierige Zeit bewältigen, davon sind wir überzeugt. Und hoffen, dass wir bald wieder Kurse durchführen und wieder wie gewohnt trainieren können. Bis dahin wünschen wir Euch Kraft und Geduld für diese aussergewöhnliche Zeit.

Bleibt gesund!

Andreas Kohler

Präsident der SLRG Sektion Baden-Brugg

ZURÜCK INS TRAINING

Am 8. Juni fand nach dreimonatiger Pause das erste Pool Training der Erwachsenen in der Badi Auenstein statt. Um wieder trainieren zu dürfen, erstellten unsere Trainer Sicherheitskonzepte. Seither halten wir uns in allen Trainings an sämtliche Vorschriften und Abstandsregeln und sind froh, dass alle Mitglieder von unserem ganzen Trainingsangebot profitieren können. Sie erhalten sämtliche Informationen zum Trainingsbetrieb direkt von den zuständigen Trainingsleitern für Pool, Freigewässer, Master und Jugend.





RETTUNG IN LETZTER SEKUNDE

Vier Rettungsschwimmer der SLRG Sektion Baden-Brugg retteten am Samstagnachmittag, den 27. Juni 2020, einen Vater und seinen Sohn aus der Aare bei Brugg. Die beiden wurden von der starken Strömung überrascht. Total entkräftet hielten sie sich auf einem überfluteten Felsen auf. Sie trugen keine Schwimmwesten.



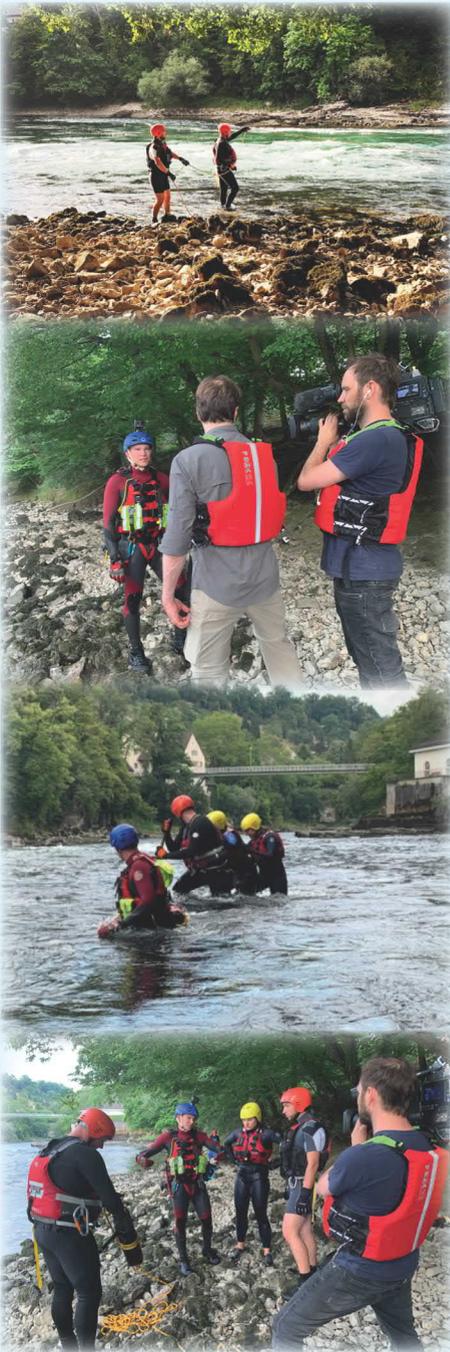
Diese Rettungsaktion und die darauf folgende Medienmitteilung schlugen im Sommer hohe Wellen. Schweizweit und sogar über die Landesgrenze hinaus wurde berichtet. Im Juli kam das Tessiner Fernsehen (RSI) nach Brugg und die Rettung wurde nachgestellt.

«Es war Zufall»

Ladina Zimmermann, Manuel Zöllig, Benjamin Thomé und Timon Balmer sind sich einig: «Es war Zufall, dass wir zum richtigen Zeitpunkt am richtigen Ort waren.» Die Rettungsgruppe traf sich an diesem schönen Samstagnachmittag zum zweiten Mal in diesem Jahr. Die starke Strömung und der hohe Wasserstand boten optimale Bedingungen, um für den Ernstfall zu trainieren. Sie waren mit ihrer Übung fertig und auf dem Weg zurück in die Badi: «Eigentlich gehen wir nach der Übung durch die Stadt – doch an diesem Samstag liefern wir der Aare entlang», unterstreichen die Vier. Auf der Höhe des Brunnenmülistegs bemerkten sie, dass da etwas nicht stimmt: zwei Personen befanden sich auf einem stark überspülten Felsen und schienen nicht von der Stelle zu kommen.

Die Rettung

Die Rettungsschwimmer rannten zum Ufer. Dank den vorgängigen Übungen waren sie eingespielt und konnten die Abläufe aus dem Ärmel schütteln. Benjamin war der erste Rettungsschwimmer. Er wurde mit einem Seil gesichert und schwamm rund 15 Meter zu den beiden Personen. Als er den Jungen hatte, zogen ihn Manuel (2. Rettungsschwimmer) und Timon (3. Rettungsschwimmer) ans Ufer zurück. Dort



wurde der Junge von Ladina (4. Rettungsschwimmerin) betreut. Sie stand ebenfalls bereit, falls Benjamin abgetrieben würde, hätte sie die Rolle des 1. Rettungsschwimmers übernommen.

Benjamin schwamm zum Vater – der zweiten Person – der sich gerade noch auf dem Felsen halten konnte und entkräftet in Benjamins Arme fiel.

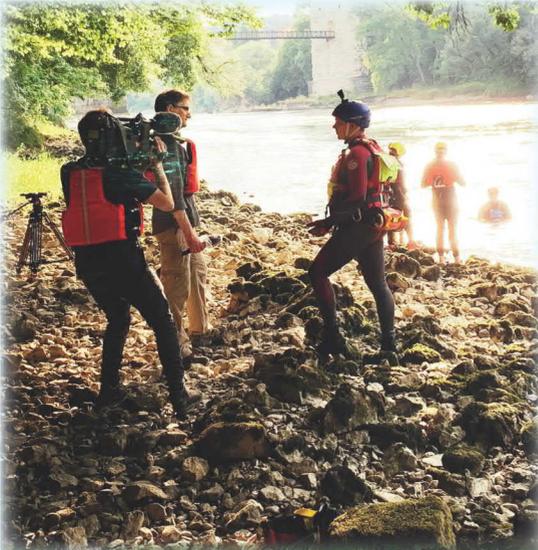
Was war passiert?

Beide Personen konnten dank der schnellen Reaktion unserer vier Rettungsschwimmern sicher an Land gebracht werden. Nach der Rettung erzählten sie, dass sie unterhalb der Eisenbahnbrücke in die Aare gingen. Sie wollten eigentlich nur ein bisschen Baden. Doch dann wurde der Sohn von der Strömung weggerissen.

Wir kennen das Rückwasser dort (rund 50 Meter flussaufwärts, wo die Rettung stattfand), das allerdings für ungeübte und nicht ortskundige Flussschwimmer schwer zu überwinden ist. So kamen die beiden Personen nicht mehr ans Ufer zurück. Sie trieben auf die Stromschnellen oberhalb des Brunnenmüllstegs zu und gerieten in Panik. Da sie keine Schwimmwesten trugen, zog die starke Strömung sie immer wieder nach unten. Irgendwie konnten sie sich an einem Felsen festhalten, von wo sie dann unbekannte Zeit später von den Rettungsschwimmern gerettet wurden.

Nachstellung der Rettung

Die geretteten Personen kennen wir nicht und würden aus Persönlichkeitsschutz ihre Namen auch nicht bekannt geben. Als wir rund drei Wochen später die Rettung für das RSI nachstellten, übten wir am Vorabend die Abläufe an dergleichen Stelle. Ladina Zimmermann und Nathalie Zulauf stellten die geretteten Personen nach und mussten dazu berschenkel-tief, auf einer Felsplatte in der Strömung des Flusses stehen. Neben den drei Ret-



tungsschwimmern Benjamin, Manuel und Timon wurde der Filmdreh auch von Adrian Obrist unterstützt. Er stand für den Fall der Fälle bereit. Die Szene wurde zwei Mal nachgestellt und Timon sowie Benjamin interviewt. Zum Schluss durfte ein legendärer Schwumm in der Aare zum Abschluss des Fernsehbeitrages nicht fehlen.

Grosse mediale Aufmerksamkeit

Der Beitrag wurde neben RSI, auch in der Nachrichten von SRF gezeigt. Und SRF News publizierte einen Social Media Post. Unsere Medienmitteilung wurde in verschiedenen Zeitungen abgedruckt und ebenfalls von den Medienstationen online publiziert. Wir wurden den ganzen Sommer bis in den Herbst auf diese Rettung angesprochen und vermehrt für Interviews angefragt. So konnten wir in unterschiedlichen Medien immer wieder auf die Gefahren beim Flussschwimmen aufmerksam machen.

Nathalie Zulauf

KURSE 2020

Ab dem 14. Juni konnten wir auch wieder Kurse durchführen. Da dieses Jahr viele ihre Ferien in der Schweiz verbrachten, waren unsere Kurse sehr gefragt. Aufgrund von Corona war das Kursjahr 2020 kürzer als sonst – trotzdem konnten wir 167 Personen ausbilden.

Bei kühlen Temperaturen, in der 18°C warmen Aare und bei starker Strömung fanden nach längerer Pause Mitte Juni die ersten Flusskurse statt. Die Teilnehmenden und die Kursleiter waren am ersten Kurswochenende besonders gefordert, denn der Wasserpegel der Aare war sehr hoch. Neben den Flusskursen fanden an diesem und dem darauf folgenden Wochenende weitere Module statt.

Das Kursjahr 2020

Wir haben 2020 folgende Kurse erfolgreich durchgeführt:

- fünf Brevet Basis Pool Kurse (68 Teilnehmende)
- ein BLS AED SRC komplett (11 Teilnehmende)
- ein Modul See (11 Teilnehmende)
- drei Module Fluss (36 Teilnehmende)
- einen WK Fluss (15 Teilnehmende)
- einen WK Pool (6 Teilnehmende)
- einen BLS AED SRC Refresher (5 Teilnehmende)
- ein Jugendbrevet (15 Teilnehmende)

Das Kursjahr 2020 startete im Februar, wurde dann unterbrochen und dauerte von Mitte Juni bis Ende Oktober. Als am 28. Oktober der Bundesrat unter anderem die Teilnehmerzahl auf 15 Personen beschränkte und den Kontaktsport verbot, entschlossen wir uns, sämtliche Kurse bis Ende Jahr abzusagen und vorerst keine neuen Kurse für das Jahr 2021 auszuschreiben. Denn anders als in den Trainings können wir bei den Kursen die Abstands- und Hygieneregeln nicht immer einhalten und die Teilnehmerzahl inklusive Kursleitenden überschreitet oftmals die Vorgaben.

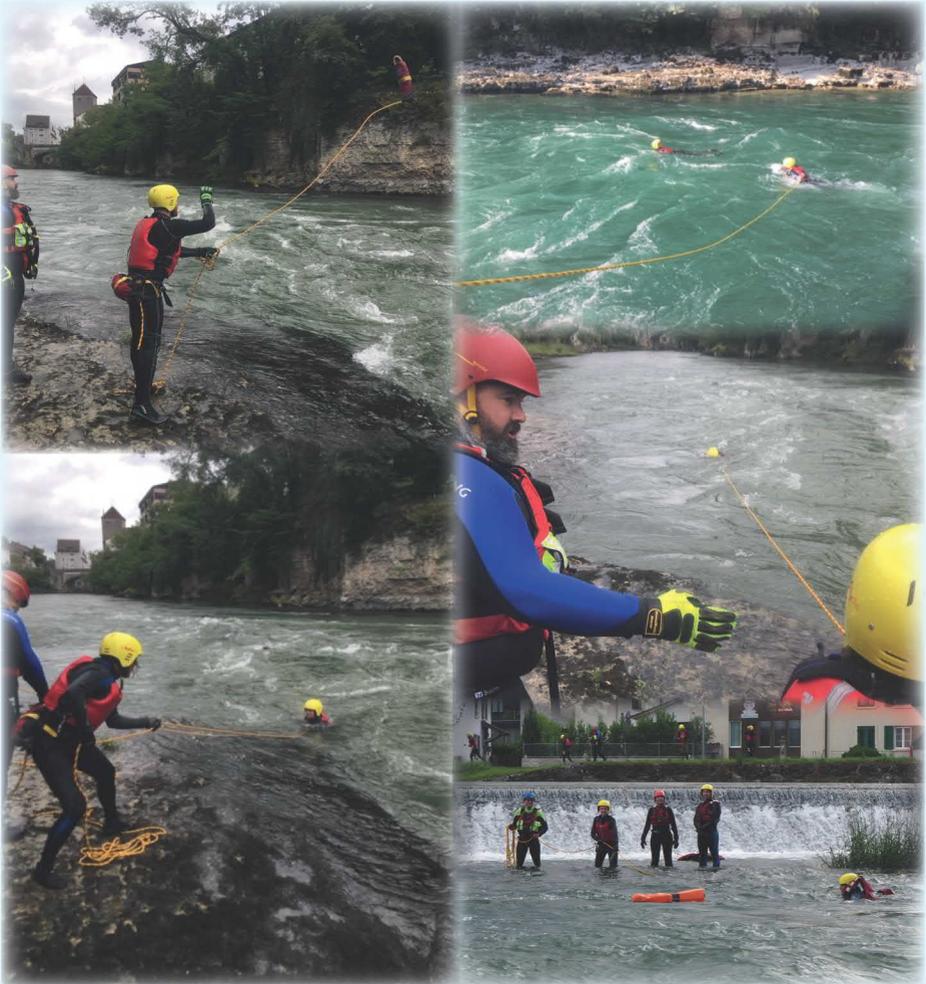


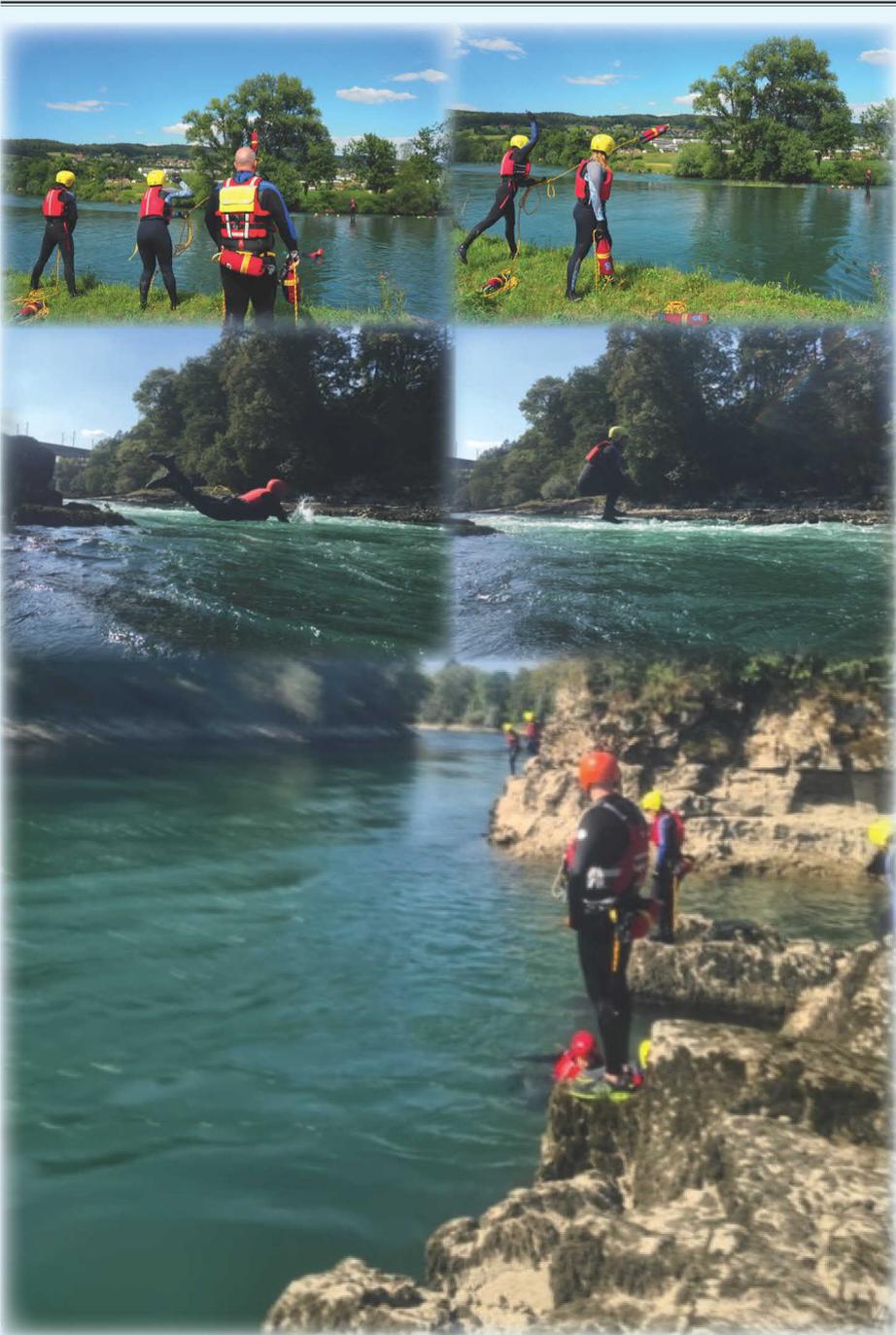
Verschoben ist nicht Aufgehoben

Auch im Frühling mussten wir Kurse absagen: wie zum Beispiel zwei Brevet Basis Pool Kurse (März und Mai), die wir aber nach dem Lockdown im Juni nachholen konnten. Ebenso mussten wir den WK Pool und BLS AED SRC Refresher im Frühling absagen (April), konnten die WKs aber ebenfalls im Sommer nachholen. Schliesslich haben wir einen Jugendbrevetkurs und einen Brevet Plus Pool im Frühling abgesagt, dies aber wegen zu wenig Anmeldungen. Ansonsten konnten wir die Kurse durchführen wie geplant. Das Jugendbrevet konnte im November noch abgeschlossen werden, da für die Kurse von Jugendlichen bis 16 Jahre andere Regeln galten.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle Kursleiterinnen und Kursleiter.

Ilona Kessler





KAMPAGNE «Corona-Sommer» 2020

Eine traurige Bilanz: 49 Menschen ertranken im Jahr 2019. Davon wurden 25 Todesfälle in Seen respektive stehenden Gewässern registriert. 23 Fälle betrafen Fliessgewässer. Für die Sommersaison 2020 meldete die SLRG Schweiz ein erhöhtes Ertrinkungsrisiko. Mit dieser Einschätzung hatte sie leider Recht. Denn Schwimmen in Seen und Flüssen wird immer beliebter und dieses Jahr gab es noch betriebliche Einschränkungen der Freibäder aufgrund der Corona-Krise.

Verglichen mit den Vorjahren verbrachten viel mehr Personen ihre Ferien in der Schweiz. Und so lockten die lokalen Gewässer für eine Abkühlung. Da Flüsse und Seen Teil unserer Heimat sind und sich direkt vor unserer Haustüre befinden, meinen viele sie zu kennen und blenden die Gefahren aus. Dies machte uns Rettungsschwimmern grosse Sorge.

Jede ertrunkene Person ist eine zu viel

Es kam zu unzähligen Unfällen. Im August meldete die SLRG Schweiz 38 Todesopfer – das sind 38 zu viel. Verglichen mit dem Vorjahr sind es mehr Menschen, die bis zu diesem Zeitpunkt ertrunken sind. Die finalen Zahlen wird die SLRG Schweiz nächstes Jahr publizieren. Die SLRG hat bereits vor den Sommerferien mit der Kampagne «Corona-Sommer 2020» Massnahmen getroffen, um unserer Mission – Ertrinken verhindern – jederzeit gerecht zu werden. Daher geht die SLRG gemeinsam mit Gemeinden, Städten und engagierten Akteuren präventiv vor.



Unterstützung der Gemeinden

Wir von der SLRG Sektion Baden-Brugg haben mit Gemeinden Sicherheitskonzepte erarbeitet und unterstützen Behörden beim Erkennen und Einschätzen von Risiken rund um die Wassersicherheit. Dazu gehört auch die Signalisationen entlang der Flüsse anzuschauen. Die SLRG Schweiz und Visana bieten Tafeln mit den Bade-, Fluss – und Seeregeln an, die Gemeinden prominent an den entsprechenden Stellen aufstellen können.

Was bringt Social Media?

Parallel zu diesen Massnahmen waren wir sehr aktiv auf Social Media und haben unzählige Beiträge gepostet, um auf die Gefahren rund um die Flüsse aufmerksam zu machen. Darauf wurden auch die Medien aufmerksam und fragten uns immer wieder für Interviews an.

Und 2021?

Diese Arbeit geht nächstes Jahr weiter. Wir stehen bereits jetzt Gemeinden für Sicherheitskonzepte zur Verfügung. Bei Interesse an Adrian Obrist, Vizepräsident und Leiter Rettungsgruppe, wenden: adiobrist@bluewin.ch.

Nathalie Zulauf

DIE JUGENDTRAINER

Unsere Jugendtrainer stehen Woche für Woche am Bassinrand und fordern sowie fördern rund 90 Kinder und Jugendliche. Die Ergebnisse unserer Jugendgruppe sind beachtlich und der Pokalschrank ist voll. Dieses Jahr wurden leider sämtliche Wettkämpfe abgesagt, aber 2021 geht unser Nachwuchs wieder auf Medaillenjagd.

Dieses Essen habt ihr euch – liebe Jugendtrainer – mehr als verdient. Ein herzliches Dankeschön für euer Engagement!



Wir sind dabei.

www.jugendundsport.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO

HELPERFEST FÜR DIE BAYWATCH BAR



Was für eine tolle Überraschung! Am Helferfest für unsere Baywatch Bar durften wir mit dem Motorboot auf unserer Aare cruisen. Mal etwas ganz Neues! Denn wir kennen diese Abschnitte bis anhin nur als Schwimmer, Kursleiter und von unseren Trainings. Natürlich liessen wir es uns nicht nehmen, mal mit dem Boot statt zu Fuss flussaufwärts zu kommen, und danach die Aare runter zu schwimmen.

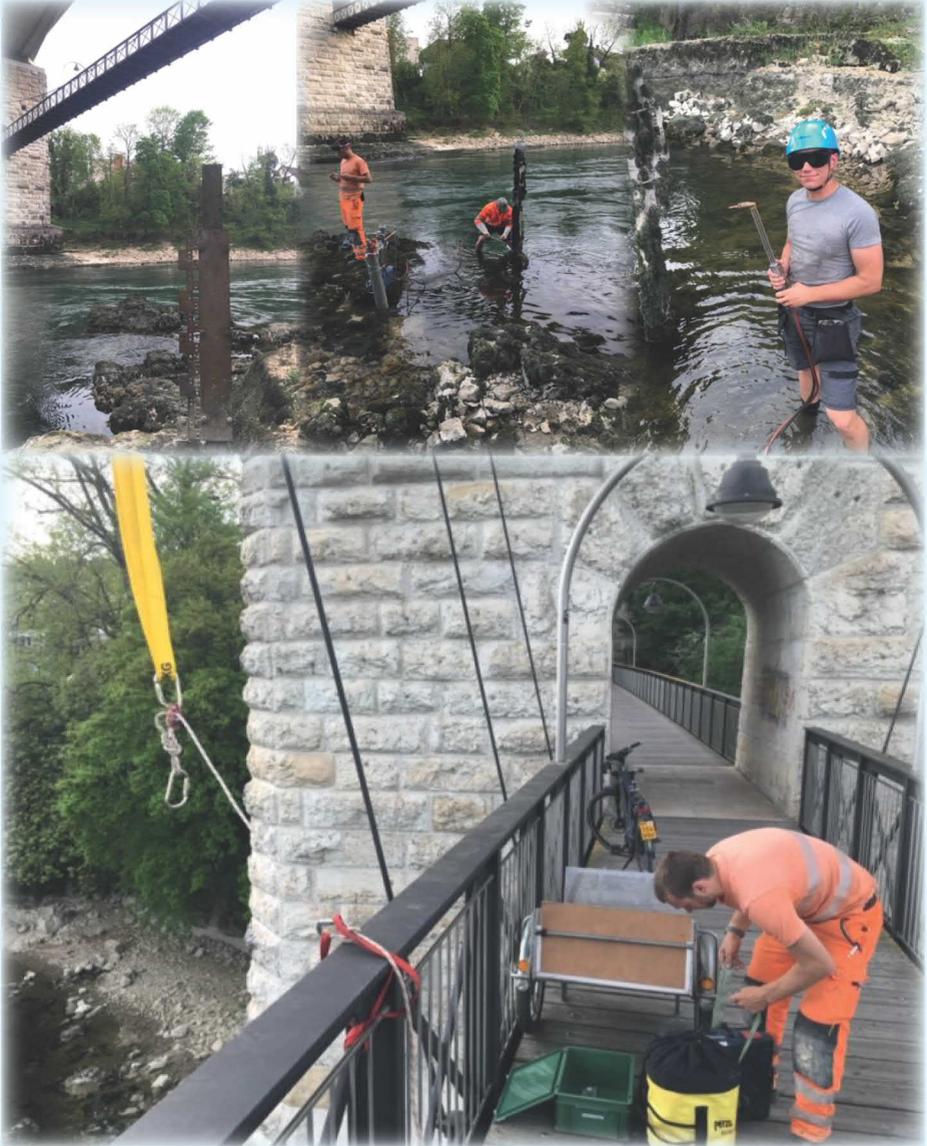
Nach der nassen Angelegenheit genossen wir das gemeinsame Abendessen und bedankten uns mit diesem Anlass bei unseren Helferinnen und Helfern für ihre tatkräftige Unterstützung an der Baywatch Bar am Stadtfest Brugg. Das Helferfest fand Ende August im Pontonierhaus Brugg statt.

Nathalie Zulauf



WASSERSTANDSANZEIGE ENTFERNT

Im Frühling machten wir die Aare unterhalb der Eisenbahnbrücke in Brugg ein bisschen sicherer. Indem wir die alte Wasserstandsanzeige entfernten, für die Demontage hatten wir eine Bewilligung. Unser Motto: «Eine hindernisfreie Aare für sicheres Flussschwimmen.»



«EIN FLUSS IST IMMER WIEDER ANDERS»



Das Interesse an unseren Rettungsschwimmern war diesen Sommer sehr gross. So teilte Karin Zehnder, Trainingsleiterin Freigewässer, ihre Erfahrungen im Regional am 22. Juli:

«Im Sommer verbringe ich locker fünf Stunden pro Woche im Wasser. Einmal wöchentlich leite ich das Training der Freigewässerguppe. Mit Boards und Skiern trainieren

wir dann auf der Aare bei der Badi Brugg. Ab und zu gehe ich am Abend noch spontan mit meinen Kolleginnen und Kollegen in den Fluss. Spezifische Flussstrainings habe ich ungefähr neun pro Saison. Voraussetzung dafür ist das Modul Fluss – ein Kurs, bei dem ich auch als Assistenz der Kursleitung tätig bin. Wir legen dabei den Fokus auf die Praxis und üben mit den Teilnehmenden direkt in der Aare.

Flüsse faszinierten mich schon als kleines Kind. Und die Gewässer der Region kenne ich sehr gut. Ich bin in Birnenstorf an der Reuss aufgewachsen, und ich kann gar nicht mehr zählen, wie oft ich in Brugg schon die Aare hinuntergeschwommen bin. Meine Lieblingsstelle im Fluss ist zugleich diejenige, die mich am meisten herausfordert. Wir nennen sie den Aare-Apéro, weil man da immer einen Schluck Wasser abkriegt. Die Stelle liegt kurz vor der Brunnenmühle; da gibt es die meisten Stromschnellen und Walzen.

Schwimmen im Fluss ist nicht ohne. Oft ist es da, wo es am ruhigsten aussieht, am gefährlichsten, weil solche Stellen meist verharmlost werden. Die Kraft der Strömung ist nicht zu unterschätzen. Ich persönlich gehe nur mit der Schwimmweste in den Fluss. Auch als sehr geübte Schwimmerin zieht es mich ab und an runter, und auch ich kann mal einen Krampf haben. Zudem ist es sehr anstrengend, im Fluss zu schwimmen. Das Wasser hat eine andere Kraft als im Pool. Wir gehen immer mindestens zu zweit schwimmen – und in der Regel sagen wir zusätzlich jemandem Bescheid, dass wir im Wasser sind. Wenn es einen bei einem Wirbel runterzieht, dann kann es schon «gfürchtig» werden. Es fühlt sich an, als würde dich jemand packen und unters Wasser ziehen. Oft dreht man sich dazu noch im Kreis. Passiert mir das, bleibe ich ruhig und gerate nicht in Panik. So gibt mich der Wirbel nach kurzer Zeit wieder frei. Schwimmend gegen die Riesenkraft eines Wirbels anzukommen – das kann man vergessen.

Wichtig für die eigene Sicherheit ist auch, dass man einen Plan hat und weiss, wo die Ausstiegsstellen sind. Und falls die erste nicht funktioniert, muss man eine zweite im Visier haben. Ideal zum Aussteigen sind Rückwasser. Da kann man reinschwimmen und in aller Ruhe an Land kommen.»

Das ganze Portrait findet ihr in ejournal und auf unserer Website. Vielen Dank an Annegret Ruoff für den Artikel.

FREIGEWÄSSERGRUPPE TRAINIERT MAL ANDERS

Was für eine Rettungsaktion als Übung: Eine verletzte Person mit gebrochenem Arm und deren panischer Bruder mussten vom Affenfelsen gerettet und auf die andere Flussseite gebracht werden. Und das war nur der erste Teil der Übung! Danach gab es Wurfsacktrainings bei der Felsplatte. Und auf einmal trieb im Fluss eine «bewusstlose» Person, welche die Flussrettungsschwimmer ebenfalls retten musste. Das Training der Freigewässergruppe an diesem Dienstag (Mitte September) in der Aare bei Brugg forderte alle Teilnehmenden mal anders heraus.



RETTUNGSGRUPPE

Die erste Übung der Rettungsgruppe fand am 20. Juni in der Aare bei Brugg statt. Der Wasserstand war an diesem Tag sehr hoch, die Strömung stark und daher nehmen nur geübte Schwimmer mit Modul Fluss an den Trainings der Rettungsgruppe teil. Was bei der zweiten Übung passierte, darüber haben wir in dieser Ausgabe bereits ausführlich berichtet.

Im September fand dann auch eine Nachtübung statt. Mit Lichtern ausgestattet trainierte die Gruppe die Rettungsabläufe im Dunkeln.

Seit Sommer 2018 erstellt die SLRG Baden-Brugg Sicherungsdienst-Konzepte. Für den Sicherungsdienst wurde die Rettungsgruppe ins Leben gerufen, die jeweils auf freiwilliger Basis trainiert. Der Fokus liegt dabei, verschiedene Rettungstechniken im Fluss zu üben.

Mehr zum Sicherungsdienst-Konzept findet ihr auf unserer Homepage.



INTERVIEW MIT ADRIAN OBRIST

«Im Wirbel soll man ruhig bleiben»

Adrian Obrist, Vizepräsident der SLRG Sektion Baden-Brugg und Leiter der Rettungsgruppe, erklärte im Regional am 22. Juli, was es beim Schwimmen im Fluss zu beachten gilt:

Adrian Obrist, wie gut muss man schwimmen können, um sich in einen Fluss zu wagen?
Eine gewisse Fitness und Sicherheit beim Schwimmen sollte vorhanden sein. Man muss nicht kilometerlang am Stück schwimmen können. Wer aber bereits nach 100 Metern keine Luft mehr hat, bleibt besser im bewachten Schwimmbad.

Soll man eine Schwimmweste tragen?

Auf jeden Fall! Man gerät im fließenden Gewässer sehr schnell in unerwartete Strömungen, welche äusserst kräftezehrend sein können. Trägt man eine Schwimmweste, kann man sich in aller Ruhe treiben lassen und ausruhen. Wenn nicht, hat man ein Problem. Dies haben auch schon sehr gute und starke Schwimmer aus unseren eigenen Reihen erfahren. Auch beim «Böötlen» empfiehlt es sich, die Schwimmweste zu Beginn der Tour anzuziehen. Denn gerät man in eine Situation, wo diese notwendig wird, hat man keine Zeit mehr, sie anzuziehen.

Worauf soll man beim Kauf achten?

Auf die richtige Grösse. Denn je nach Grösse und Gewicht des Schwimmers haben die Westen verschiedene Auftriebswerte. Weiter sollte die Schwimmweste genügend Bewegungsfreiheit bieten und flusstauglich sein. Am besten lässt man sich in einem Kanu-Shop oder dergleichen beraten, denn das Personal dort hat in der Regel Erfahrung mit Fließgewässern und Wildwasser.

Hilft es, eine Luftmatratze, ein Schwimmbrett oder einen aufblasbaren Ball dabei zu haben?

Nein, diese eignen sich nicht zum Flussschwimmen. Sie bieten keinerlei Sicherheit und gehen schnell kaputt oder verloren.

Kann man auch alleine schwimmen gehen, oder ist das zu gefährlich?

Es empfiehlt sich, eine Partnerin oder einen Partner mitzunehmen. Geht man trotzdem alleine, ist es sehr wichtig, dass man jemanden darüber informiert, dass man schwimmen geht und sich dann bis zu einem Zeitpunkt wieder meldet.

Was muss man beim Schwimmen mit Kindern im Fluss beachten?

Sicher das Alter sowie ihre Schwimmerfahrung. Ebenfalls sollte die Gruppengrösse beachtet werden. Mehr als zwei Kinder auf einmal sollten nicht dabei sein. Festhalten sollte man Kinder höchstens an der Schwimmweste. An der Hand halten ist nicht ratsam, denn die Hände sollten zum Schwimmen frei sein. Vom Anbinden mit Seilen raten wir dringend ab. Bleibt das Seil irgendwo hängen, wird man unter Wasser gezogen. Sich dann selber zu befreien, ist fast unmöglich.

Welche Gefahren lauern beim Bad in der Aare?

Strömungen, Wirbel, alte Verbauungen von Brücken oder Kraftwerken, umgestürzte Bäume, die ins Wasser ragen – es gibt viele Risiken. Wir empfehlen deshalb, den Flussabschnitt, den man abschwimmen will, vom Ufer aus zu erkunden. Häufig sieht man dann Hindernisse und andere Dinge, die vom Wasser aus nicht sichtbar sind oder beim Schwimmen zu spät erkannt werden.

Wie geht man mit Wirbeln um?

Wenn möglich sollte man daran vorbeischwimmen. Gerät man hinein, ist wichtig, nicht in Panik zu geraten oder zu probieren, dagegen anzuschwimmen. Ist der Wirbel gross genug, um jemanden herunterzuziehen, hat man keine Chance. In diesem Fall sollte man probieren, ruhig zu bleiben und den Wirbel machen zu lassen. Wirbel saugen Wasser nach unten, aber alles Wasser kommt auch irgendwo wieder hoch. Also kann man darauf vertrauen, dass man automatisch mit einem sogenannten Wasserpilz wieder an die Oberfläche kommt.

Welche Stellen soll man meiden?

Wasserwalzen, denn diese sind hoch gefährlich! Sie treten auf der Rückseite von Hindernissen auf, welche überspült werden – wie zum Beispiel Felsen und Wehre. Dabei entsteht durch das zurückfliessende Wasser eine Walze mit sehr viel Lufteinschluss, man spricht auch vom sogenannten Weisswasser. Dieses bietet dem Schwimmer fast keinen Auftrieb. Gerät man hinein, kann man probieren, mit dem fallenden Wasser bis zum Grund abzutauchen und sich von der Walze weg abzustossen. Gelingt dies nicht, ist das Verlassen der Walze ohne Hilfe praktisch unmöglich.

Und was, wenn man in Panik gerät?

Dies sollte mit der richtigen Vorbereitung und Ausrüstung eigentlich nicht passieren. Ansonsten hilft: Erst mal tief durchatmen, einen Rundumblick machen und schauen, welche Möglichkeiten man hat. Und natürlich darf man im Notfall auch um Hilfe schreien – aber bitte nur im Notfall!



KURZNEWS

Staffel-Pool-SM 2021

Die SLRG Schweiz informierte im Oktober, dass die Sektion Winterthur sich bereiterklärt hat, eine eintägige Staffel-SM im kommenden Jahr durchzuführen.

Reserviert euch diese Daten:

- Samstag, 28. August 2021: Jugend-SM
- Sonntag, 29. August 2021: SM in den Kategorien Erwachsene und Master.

Die Wettkämpfe finden im beheizten Pool (50 Meter «Olympiabecken») des Freibads Geiselweid in Winterthur statt.

Aufgrund des unvorhersehbaren Verlaufs der Corona-Pandemie werden die Wettkämpfe auf jeweils einen Tag beschränkt. Es wird sowohl für Wettkämpfer wie Begleiter weder Abendprogramm noch ein Übernachtungsangebot geben. So kann zum jetzigen Zeitpunkt eine Durchführung der Wettkämpfe unter geringstem Risiko geplant werden.

Boote anschreiben

Boote anschreiben und Schwimmwesten mitführen – das sind die neuen Regeln beim Böötnen. Es wird kontrolliert und bei Nichteinhalten gebüsst. Wir empfehlen auf/in fließenden Gewässern immer eine Schwimmweste zu tragen.

Die Flüsse seien grundsätzlich im ganzen Kanton mit einem Gummiboot befahrbar, sagt Andreas Kohler, Präsident, gegenüber der Aargauer Zeitung am 18. Juli. Trotzdem sei eine Fahrt auf offenem Gewässer stets mit Gefahren verbunden. «Es empfiehlt sich, vor einer Gummibootstour die Schilder der Binnenschiffahrtsverordnung zu studieren.» Diese signalisieren etwa die Richtung, die man einschlagen sollte, wie auch Schwimm- und Fahrverbote sowie Ausstiegstellen.

Petition «FlussBaden»

Das e-journal hat am 21. August bei uns nachgefragt, was wir zur Petition «FlussBaden» in Baden meinen. Eine bebadbare Limmat ist toll, doch das Flussschwimmen ist an viele Bedingungen geknüpft. Adrian Obrist, Vizepräsident, kennt den Fluss: Zu seinen grössten Bedenken zählen die alten Pfeilerüberreste und Eisenstangen oberhalb des Limmatknies. Diese könnten Schwimmende verletzen. Und auch das Wasserwerk nach dem Kappisee berge Gefahren. «Wer hier nicht rechtzeitig rauskommt, begibt sich in Lebensgefahr», sagt er gegenüber dem ejournal.

WELTREKORD



Jedes Jahr am 6. Oktober feiern Manuel Zöllig und Pascal Stöckli (SLRG Innerschwyz) den «9.01 Day». In der Disziplin Line Throw stellten die beiden an den Weltmeisterschaften 2010 in Ägypten einen neuen Weltrekord auf. Der Rekord jährt sich dieses Jahr zum 10. Mal. Herzliche Gratulation zum Jubiläum!

In der Disziplin Line Throw nimmt der Rettungsschwimmer (Manuel) am Bassinrand ein Seil auf, das er der Person im Wasser (Pascal) zuwirft und diese so schnell wie möglich an den Rang zieht. Diese Technik wird beispielsweise für Rettungen im Fluss angewendet.





SLRG Beitrittserklärung

SLRG Sektion Baden-Brugg



Persönliche Daten

| | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| Herr: <input type="checkbox"/> | Frau: <input type="checkbox"/> |
| Name: | Vorname: |
| Geburtsdatum: | SLRG Nr.: |
| Strasse: | Nummer: |
| PLZ: | Ort: |
| Tel.: | Mobil: |
| SLRG-Nr.: | |
| E-Mail: | |

Meine Ausbildung

| Jugend | | Basis | | Professionell | |
|---------------|--------------------------|-------------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|
| Jugendbrevet | <input type="checkbox"/> | Modul Basis Pool | <input type="checkbox"/> | Expert Pool | <input type="checkbox"/> |
| Erlebnismodul | <input type="checkbox"/> | Modul Plus Pool | <input type="checkbox"/> | Expert See | <input type="checkbox"/> |
| Pool-Safety | <input type="checkbox"/> | Modul See | <input type="checkbox"/> | Expert BLS-AED | <input type="checkbox"/> |
| | | Modul Fluss | <input type="checkbox"/> | Expert Nothilfe | <input type="checkbox"/> |
| | | Modul Hypothermie | <input type="checkbox"/> | Expert Fluss | <input type="checkbox"/> |
| | | Modul BLS-AED | <input type="checkbox"/> | Expert Hypothermie | <input type="checkbox"/> |
| | | Modul Nothilfe | <input type="checkbox"/> | | |
| | | Modul Pro Pool | <input type="checkbox"/> | | |
| | | Modul Wabo | <input type="checkbox"/> | | |

Andere Ausbildung :

Ich möchte gerne eine:

| | |
|--|---|
| Aktivmitgliedschaft** <input type="checkbox"/> | Passivmitgliedschaft <input type="checkbox"/> |
|--|---|

Ich trainiere in folgender(n) Gruppe(n):

| | | |
|---|--|---|
| Trainingsgruppe Baden <input type="checkbox"/> | Trainingsgruppe Brugg <input type="checkbox"/> | Trainingsgruppe Freigewässer <input type="checkbox"/> |
| Trainingsgruppe Kaltwasser <input type="checkbox"/> | Trainingsgruppe Halle <input type="checkbox"/> | Trainingsgruppe Masters <input type="checkbox"/> |

Ich erkenne mit meiner Unterschrift die Statuten der SLRG Sektion Baden-Brugg an. Die Statuten sind unter www.slr-g-baden-brugg.ch (unter Downloads) erhältlich oder kann bei der Sektion bezogen werden.

Zudem bin ich (betrifft nur **aktive** Trainingsgruppenmitglieder), damit einverstanden, dass Vereinsmitglieder meine Adressdaten einsehen können und **möchte Zugriff** auf den passwortgeschützten **Onlinebereich** des Vereins erhalten.

Mitgliedschaften

- **Aktivmitgliedschaft****
Beitrag pro Jahr: 30.–
Zugang zu allen Trainings, Wettkämpfen, Anlässen der Sektion. Mitspracherecht an der GV und vieles mehr.
- **Passivmitgliedschaft**
Beitrag pro Jahr: 30.–
Als Passivmitglied unterstützt du den Verein, erhältst zudem alle Informationen und Neuigkeiten und bist zur GV eingeladen.

Austritt / Ausschluss:

Es kann zu jedem Zeitpunkt der Austritt aus der Sektion gegeben werden. Wer mehr als 1 Jahr den Mitgliederbeitrag nicht bezahlt, wird automatisch aus der Sektion ausgeschlossen.

** Voraussetzung für eine Aktivmitgliedschaft ist ein bestandenes SLRG Brevet oder eine gleichwertige Ausbildung, beispielsweise der DLRG

.....
Ort, Datum:

.....
Unterschrift:

Bitte sende das ausgefüllte Formular an: Michael Steger, Sonnmattstrasse 6, 5400 Baden

auch
Schnell-
Ladesäulen

Profitieren Sie von
unseren E-Ladelösungen



Regionalwerke
Baden

Jetzt informieren

www.regionalwerke.ch

APOTHEKE



TSCHUPP

DR. CHRISTOPH TSCHUPP

BAHNHOFSTRASSE 14 • 5200 BRUGG

PHONE +41 056 441 14 47 FAX +41 056 441 14 49

info@apothequetschupp.ch

energie &
Energieberatung
Region Baden **umwelt**

Energieberatungsstelle Region Baden

Winbau Imholz AG • Ehrendingerstrs. 42 • 5408 Ennetbaden

056 222 86 03 • info@heinzimholz.ch



www.energieundumwelt.ch

- unentgeltliche Auskünfte
- Analysen Wärmeerzeugung / Solar
- Vorgehensberatungen
- Gebäudeanalysen für Private und Gewerbe
- Stromverbrauchsanalysen
- Praktische Tips zur Ausführung

unterstützt durch Bund, Kanton und Gemeinden



energie schweiz