

## **HINWEISE zu Belastungsübungen in CORONAzeiten**

Die Feuerwehr-Dienstvorschrift 7 – Atemschutz beschreibt in der Anlage 4 – Muster einer Ausbildungsordnung für die Aus- und Fortbildung der Atemschutzgeräteträger für Behältergeräte mit Druckluft unter Punkt 2.1.2.2 die Belastungsübung.

### **2.1.2.2 - Belastungsübung**

Die Belastungsübung ist in einer nach DIN 14 093 gestalteten Atemschutz-Übungsanlage oder mindestens einer für eine Belastungsübung geeigneten, gleichwertigen Anlage durchzuführen.

Bei der Belastungsübung ist mit dem Atemluftvorrat von 1.600 Litern eine Gesamtarbeit von 80 kJ, ab dem 50. Lebensjahr von 60 kJ, zu erbringen.

#### Beispiel für einen Übungsablauf:

- Begehen der Orientierungsstrecke im Übungsraum (Streckenlänge so wählen, dass 15 kJ erbracht werden)
- Verrichten von 25 kJ Arbeit an mindestens zwei verschiedenen Arbeitsmessgeräten im Konditionsraum (zum Beispiel Endlosleiter, Laufband, Fahrradergometer)
- Begehen der verdunkelten Orientierungsstrecke im Übungsraum (Streckenlänge so wählen, dass 15 kJ erbracht werden)
- Verrichten von 25 kJ Arbeit an mindestens zwei verschiedenen Arbeitsmessgeräten im Konditionsraum (zum Beispiel Endlosleiter, Laufband, Fahrradergometer)

#### **Alternativen finden!**

In CORONAzeiten sollen die Belastungsübungen aber vordringlich auch im Freien stattfinden können. Eine gute Möglichkeit wäre z.B. das Fahrradfahren unter Atemschutz. Hierbei sollte eine Strecke von mind. 5 km zurückgelegt werden.

Die Teilnehmer auf dem Rad sollten mit einem Feuerwehrfahrzeug begleitet werden, so dass in einem Notfall (z.B. Erste Hilfe, Panne) geholfen werden kann. Vornehmlich sollte hierbei auf nichtöffentlichen Straßen oder Wegen gefahren werden. Bei Fahrten auf öffentlichen Straßen ist auf eine entsprechende Absicherung zu achten.

Aber auch das Begehen eines Schlauchturmes mit Verlegen einer Schlauchleitung oder eines Transports einer Person (i.d.R. runter) wäre eine alternative Möglichkeit eine Belastung (Belastungsübung) herbeizuführen.

Ebenso wäre der Aufbau einer Wasserversorgung oder der Aufbau zum Leistungsabzeichen „Die Gruppe im Löscheinsatz“ im Freien jetzt auch möglich.

Die erzielten Werte (KJ) sollten in dieser Zeit nicht im Vordergrund stehen. Vielmehr ist das belasten oder Arbeiten unter Atemschutz hier vorrangig zu sehen.

19.06.2020

Jürgen Weiß  
Fachreferent

Rainer Englmeier  
Fachberater Atemschutz im LFV Bayern