

Drachenboot-Kentertraining und Wasserrettung

Eintägiges Wochenendseminar in Bad Segeberg am/auf dem Großen Segeberger See

Seminarort: Segeberger Bootsverein, DLRG Segeberg & Badestrand, Winklersgang, Bad Segeberg

Datum: Sonntag, 22.09.2024

Zeitplan

1. Vorbereitung Trockenteil	10 Uhr
2. Trockenteil (Theorie)	11 Uhr
3. Vorbereitung Nassteil	13 Uhr
4. Nassteil (Praxis)	14 Uhr
5. Nachbereitung Nassteil	15 Uhr
6. Schlussgespräche/Resümee	16 Uhr
7. Abbau/Aufräumen	17 Uhr

1. Vorbereitung Trockenteil

- Einrichtung des Seminarraumes
- Einrichtung Vortragsfläche
- Vorbereitung Buffet

2. Trockenteil (Theorie)

- **Poseidons Albtraum**
 - Einleitung
 - Videosequenzen
 - Drachenboot-Rumpf
 - Rumpf-Auftrieb
 - Rumpf-Stabilität
 - Rumpf-Instabilität
 - Kenterung
 - Schutzmaßnahmen vor Kenterung
 - Schutzmaßnahmen bei Kenterung
 - Verhalten nach Kenterung
 - Schwimmwesten-Effekte
- **DLRG**
 - Verhalten am Drachenboot zur Wasserrettung
 - Verhalten im Wasser
 - Verhalten am Rettungsboot
 - Kommandos zur Rettung
 - Maßnahmen nach der Rettung

3. Vorbereitung Nassteil

- Umziehen
- Boot holen und zu Wasser bringen
- Schwimmwestenausgabe
- Boot besetzen
- Boot zum Übungsort fahren

4. Nassteil (Praxis)

- **Poseidons Albtraum**
 - Stabilität bei Steuerimpulsen
 - Stabilität bei Aufschwüngen
 - Stabilität bei Gewichtsverlagerung
 - Erzeugte Instabilität – Schritt für Schritt
 - Geflutetes Boot
 - Kenterung des Bootes
 - Wasserrettung
 - Drehen des Bootes
 - Einsammeln der Paddel
 - Entwässern des Bootes
- **DLRG**
 - Annäherung des Rettungsboots an das gekenterte Drachenboot
 - Aufnahme der Gekenterten ins Rettungsboot
 - Verbringen der Gekenterten an Land
 - Maßnahmen an Land

5. Nachbereitung Nassteil

- Boot zum Land fahren bzw. ziehen
- Boot trockenlegen
- Boot zum Steg fahren
- Schwimmwestenabgabe
- Umziehen
- Boot an Land und zum Lagerort verbringen

6. Schlussgespräche/Resümee

- Theorieteil
- Praxisteil
- Zeitplan
- Übungsorte
- Allgemeines

7. Abbau / Aufräumen

- Seminarräume aufräumen
- Gelände aufräumen

Anmerkungen:

Der Nassteil wird mit Schwimmweste durchgeführt. Die entsprechenden Schwimmwesten-Effekte werden somit nach dem Kentern gleich erfahren bzw. erschwommen.

Das Mittagessen entfällt, dafür wird gleich zu Beginn das Buffet freigegeben sowie den ganzen Tag offen gehalten. Jeder ist wieder angehalten, etwas mitzubringen.

Sollten Seminarteile in kürzeren oder auch längeren Zeiträumen durchlaufen werden, so wird der Zeitplan diesen Gegebenheiten vor Ort angepasst.

Alle Seminarteilnehmer/innen sollten spätestens 20 Minuten vor dem Beginn des Trockenteils(Theorieteils) vor Ort sein.

Zum Aufbau und Einrichten der Seminarorte müssen mehrere Personen bereits zur Vorbereitung des Trockenteils entsprechend vor Ort sein.

Für den Nassteil sind Neopren-Shortys zu empfehlen, da diese bereits wärmeschützen und noch keinen großen Auftrieb erzeugen. Diese würden die Schwimmwesten-Effekte nur geringfügig beeinflussen.