



## Naturfreunde Lörrach

# Wassersportgruppe

### Erste Hilfe Outdoor 2017

**Wir sind draußen, sind aktiv und haben Spaß – aber was, wenn es mal ernst wird?**

Mit den Trainern der Outdoorschule Süd e.V. ([www.outdoorschule-sued.de](http://www.outdoorschule-sued.de)) veranstalten wir einen Tag Outdoor-Erste-Hilfe:

Fit für den Outdoor-Notfall beim Wandern, Klettern, Paddeln, Trekken, Biken, usw.

Ein gebrochener Arm, ein verstauchter Fuß, akute Bauchschmerzen oder eine allergische Reaktion - all das ist in der Stadt für den modernen Rettungsdienst kein großes Problem. Doch wie sieht es aus, wenn du mitten im Wald, im Gebirge oder in einer Schlucht in eine solche Situation kommst? Starke Schmerzen, Atemnot, Aufregung! Bist du in der Lage, den Überblick zu behalten und die richtigen Entscheidungen zutreffen?

Wir bringen dich in solch schwierige Situationen - natürlich nur zum Training. Bei den Erste Hilfe Outdoor Seminaren lernst du, im Notfall ruhig zu bleiben, die richtigen Prioritäten zu setzen und erfolgreich Erste Hilfe zu leisten. Und da man so etwas nicht an einem Nachmittag im stickigen Unterrichtssaal lernen kann, gehen wir hinaus in die "Wildnis" des Schwarzwaldes.

Auf Wunsch ist eine Beratung hinsichtlich der persönlichen Notfallausstattung möglich.

<b>Termin</b>	<b>Sonntag, 19.02.2017</b> Treffpunkt um 9 Uhr am Naturfreundehaus Gersbacher Hörnle, Gersbach
<b>Voraussetzungen</b>	keine
<b>Ausrüstung</b>	warme, wetterfeste Winter-Bekleidung (Gersbach ist auf 1000 hm!) festes Schuhwerk  Wir werden einen Großteil der Übungen draußen abhalten - egal bei welchem Wetter!
<b>Kosten</b>	63 EUR (Kursgebühr inkl. Übungsmaterialien und EH-Broschüre) zzgl. Mittagessen (Bezahlung erfolgt am Kurstag)
<b>Anmeldung</b>	<b>Anmeldung unbedingt erforderlich - die Teilnehmerzahl ist begrenzt.</b>  Anmeldung bis <b>Freitag, 27.01.2017</b> , per E-Mail oder telefonisch
<b>Kontakt</b>	Simone Steffke 0176 96039161 <a href="mailto:wassersport@naturfreunde-loerrach.de">wassersport@naturfreunde-loerrach.de</a>