

Feuerwehrleute sollen mehr für Fitness tun

Baden-Baden (hez) – Wie wichtig eine gute körperliche Konstitution für Feuerwehrleute ist, zeigte kürzlich eine Studie der Landesfeuerweherschule und der Universitätsklinik Mannheim, die alarmierende Ergebnisse brachte. Die Baden-Badener Feuerwehr hat bereits verstärkte Initiativen zur Verbesserung beziehungsweise Erhaltung der Fitness ihrer aktiven Mitglieder gestartet.

Der Leiter der baden-württembergischen Feuerweherschule, Hermann Schröder, schätzt, dass etwa die Hälfte aller Feuerwehrleute zu wenig Sport treibt. Atemschutzsätze, dies zeigte jetzt eine Studie, führen zu extremen Herz-Kreislaufbelastungen bei den Einsatzkräften, die eigentlich einen trainierten Körper erfordern. Viele Feuerwehrleute sind sich laut dieser Untersuchung der hohen Belastung nicht bewusst.

Darum hat die Landesfeuerweherschule zusammen mit dem Innenministerium, dem Landesfeuerwehrverband und der Unfallkasse des Landes die Aktion „Fit for fire fighting“ ins Leben gerufen, die die Bedeutung der persönlichen Fitness herausstellen und bei den Feuerwehrleuten zu einer langfristigen Ver-



Der Einsatz mit Atemschutzausrüstung bringt große Belastungen mit sich.

Foto: Breyer

haltensänderung führen soll.

„Auch wir machen bei diesem Programm mit“, betont Martin Buschert, Kommandant der Kurstadt-Wehr. So habe man nicht nur mit Lothar Bleich und Jochen Wehmeyer zwei Sportbeauftragte für die gesamte Baden-Badener Feuerwehr eingesetzt, sondern auch die Ernennung von Sportbeauftragten in allen Abteilungen in die Wege

geleitet. Man sei nun dabei, im Bereich der Fitnessangebote etwas aufzubauen. Inzwischen werde schon ein regelmäßiges Lauftraining organisiert, wobei es natürlich vor allem darauf ankomme, die Leute anzusprechen, die bislang auf diesem Gebiet nur wenig getan haben.

Grundsätzlich, so Buschert, solle dabei verdeutlicht werden, dass hier nicht nur die Feuer-

wehrtätigkeit im Blickpunkt steht, sondern allgemein etwas für die persönliche Gesundheit getan wird. „Dies geschieht aber alles auf freiwilliger Basis“, unterstreicht der Kommandant.

Verpflichtet zu gewisser sportlicher Betätigung sind lediglich die hauptberuflichen Feuerwehrleute: Für die jeweils Diensthabenden findet einmal pro Woche im Lehrsaal der Wa-

che eine Stunde lang „Dienst-sport“ unter Leitung eines Physiotherapeuten statt. Doch für die persönliche Fitness müsse man schon noch etwas mehr machen, meint Buschert.

„Viernmal in der Woche gibt es seit Dezember inzwischen Lauf-treff-Angebote für die Baden-Badener Feuerwehrleute“, berichtet der Sportbeauftragte Lothar Bleich. Anfangs sei die die Resonanz etwas „schleppend“ gewesen, doch mittlerweile finde manches Lauftraining mit zehn Leuten statt – „und dies ist doch schon ein Erfolg“. Er wolle besonders diejenigen animieren, „die noch nichts machen“. Denen solle bewusst werden, dass solche sportliche Betätigung der eigenen Gesundheit zugute kommt.

Im Frühjahr plant Bleich neben den Lauftreffs auch ein regelmäßiges Fahrradtraining. Er hat ein großes Ziel im Auge: den ersten baden-württembergischen Feuerwehr-Duathlon am 2. Juli in Bruchsal (fünf Kilometer laufen und 20 Kilometer mit dem Fahrrad fahren), der im Rahmen der Fitness-Aktionen im Land für Feuerwehrleute und deren Angehörige ausgeschrieben wurde. Bleich hofft, dass eine zumindest hundertköpfige Gruppe aus Baden-Baden daran teilnimmt.