

# Wasserretter

2010

Jahresrückblick der **DLRG** Friedberg-Bad Nauheim

20.11.2010



**Der  
Geschenktipp...**

**[www.usa-wel](http://www.usa-wellenbad.de)**

**Gutscheine über das Internet...  
[www.usa-wellenbad.de](http://www.usa-wellenbad.de)**

**Telefon 06032 - 91 93 0**

## **Liebe DLRG-Mitglieder, liebe Freunde und Gönner unserer Ortsgruppe,**

Wir freuen uns, auch in diesem Jahr einen lebendigen und prall gefüllten Wasserretter vorlegen zu können, der einen Einblick in die vielfältigen Aktivitäten unserer Ortsgruppe gibt.

Zunächst einmal beglückwünschen wir unseren Stützpunkt Wölfersheim zu dessen 50 jährigem Bestehen. Am 20.11.1960 wurde durch Lehrer Kurt Meyer und dem damaligen Vorsitzenden unserer Ortsgruppe Erich Rühl, der Stützpunkt gegründet. Wie viele andere Lehrer dieser Zeit war Kurt Meyer sehr darauf bedacht, seine Schülerinnen und Schüler zu Schwimmern und Rettungsschwimmern auszubilden. Was lag also näher, als sich mit dem Vorsitzenden der Friedberger Ortsgruppe darüber zu verständigen, den Stützpunkt zu gründen. Gemeinsam mit seinem Sohn und Lehrer Wächter brachten sie unzähligen Wölfersheimer Kindern und Jugendlichen im alten Friedberger Hallenschwimmbad das Schwimmen bei.

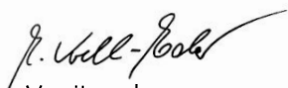
Nach dem Rückzug von Kurt Meyer hat Manfred Leonhard die Leitung des Stützpunktes übernommen. Die „Wölfersheimer Schwimmstunde“ ist heute unsere sehr beliebte und gut genutzte „Schwimmstunde für die ganze Familie“. Seit Jahren stehen Manfred Leonhard, Erich Hoffmann, Günther Koch, Karl Schmidt, Dieter Heerz und Gerti Sauer als Verantwortliche am Beckenrand bereit. Auch im Gefüge der Ortsgruppe hat sich der Stützpunkt Wölfersheim immer engagiert und es war lange gute Tradition, dass der Stützpunktleiter ein Vorstandsamt begleitet hat. Wir gratulieren unseren Kameradinnen und Kameraden zum 50 jährigen Bestehen und hoffen darauf, dass der Stützpunkt weiterhin ein aktiver Pfeiler in unserem Vereinsgeschehen bleibt.

Um die Nachwuchsarbeit im Bereich der Einsatzdienste massiv zu fördern, wurde Anfang des Jahres das JET-Team (Jugend Einsatz Team) gegründet. Sieben jugendliche Mitglieder finden sich jeden Freitag in unserer Gerätehalle ein, um in spielerischer Weise mit dem Bereich vertraut zu werden. Unter der Führung von Gerhard Rudzock kommen Spiel und Spaß bei dieser Ausbildung nicht zu kurz. Das JET-Team und seine Leiter freuen sich aber auch auf weitere Mitglieder.

Ein schöner Erfolg für uns war, dass wir in diesem Jahr einen Sponsoren finanzierten Fahrzeuganhänger anschaffen konnten. Dieser steht nun für die Jugendarbeit bereit, dient aber auch unserer Einsatzgruppe als „Lastesel“. Unseren Sponsoren dafür ein ganz herzliches Dankeschön.

Ganz herzlich bedanke ich mich bei allen Ausbilderinnen und Ausbildern, Helferinnen und Helfern für die geleistete Arbeit im Jahr 2010.

Mit freundlichen Grüßen



Vorsitzende

Gut für  
Vereine.



Sparkasse  
Oberhessen

**Wir sind Partner.**



**dr. westerfeld**

ästhetische zahnheilkunde · oralchirurgie · implantologie

■ fichtenstrasse 8 ■ tel. 0 60 31 . 9 11 66 ■ info@dr-westerfeld.de  
61169 friedberg fax. 0 60 31 . 6 30 39 www.dr-westerfeld.de

# Übersicht

Seite:

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Vorwort                              | 1  |
| Glühweinwanderung 2009               | 4  |
| Ausbildung zum Strömungsretter       | 6  |
| Osterferienaktion der Jugend         | 12 |
| Bootsausbildung Diemelsee            | 14 |
| 40 Jahre Sven                        | 17 |
| Abzeichen 2010                       | 18 |
| Essen in Schotten                    | 21 |
| Erwachsenenfahrt                     | 24 |
| Jugendeinsatzteam                    | 26 |
| Truppführerlehrgang Strömungsrettung | 32 |
| Mehrtagesübung in Mockuhula Teil 1   | 35 |
| Mehrtagesübung in Mockuhula Teil 2   | 41 |
| Vorschau Erwachsenenfahrt            | 43 |
| Was wir tun                          | 44 |
| Wir gratulieren                      | 45 |
| Trainingszeiten                      | 46 |
| Veranstaltungen 2011                 | 47 |
| Adressen und Ansprechpartner         | 48 |

# Glühweinwanderung 2009

„Am Sonntag komm ich spät nach Haus.“

Am Sonntag komm ich spät nach Haus mit Glühwein im Gehirn..... So beginnt ein Lied von Torfrock. Nachdem in den letzten Jahren schon einige Glühweinpartys in der Gerätehalle und Glühweinwanderungen mit dem Handwagen von der Gerätehalle aus unternommen wurden, ging es am 5. Dezember 2009 in die Heimat des Weines, nämlich in den Rheingau. Von der Gerätehalle und dem Parkplatz an der Stadthalle aus starteten wir mit dem Reisebus in Richtung Oestrich-Winkel. Wegen eines Kommunikationsknotens innerhalb des Busunternehmens, man hatte vergessen den Busfahrer zu informieren, leider mit etwas Verspätung. Trotzdem erreichten wir noch pünktlich unser Ziel, das Weingut Eiserhof, wo Anja, Sven und Klein-Christopher bereits auf uns warteten. Außerdem erwartete uns dort eine kräftige Linsensuppe und der erste Glühwein des Tages. Dabei handelte es sich nicht um das süße, rote Zeug, was man bei uns so als Glühwein bezeichnet, sondern um richtig guten Weißwein, heiß gemacht. Gibt auch garantiert keine Kopfschmerzen.

Nachdem wir uns alle ausreichend gestärkt hatten und unser Wanderführer eingetroffen war, brachen wir fröhlich zu den Weinbergen des Rheingaus auf. Der Himmel teilte unsere gute Laune nicht und weinte feuchte Tränen, deren wir uns mit Regenschirmen erwehren mussten. Christopher schien das aber in seinem Kinderwagen gar nicht zu gefallen, sodass Anja und Sven uns leider wieder verlassen mussten. Doch kurz darauf klarte es etwas auf und wir erreichten unsere erste Sehenswürdigkeit, Schloss Vollrads. Dieses inmitten von Weinbergen gelegene Schloss, was natürlich auch ein Weingut ist, war dereinst im Besitz derer von Greiffenclau, einem alten Raubrittergeschlecht (Greif und Klau). Heute finden dort im Sommer Live-Musik-Veranstaltungen und zur Weinsaison natürlich Ausschank im Innenhof statt. Nach Auskunft unseres Führers zeichnet sich der ausgeschenkte Wein dort hauptsächlich durch seinen hohen Preis aus.

Weiter führte uns unser Weg durch Wald und Weinberge, bis wir schließlich Schloss Johannisberg erreichten, natürlich ebenfalls ein Weingut. Hier wartete bereits der Wirt des Eiserhofs auf uns, um uns mit Kaffee, Kuchen und weiterem Glühwein zu versorgen. Anschließend besichtigten wir Schloss Johannisberg. Von dort aus hatte man einen guten Überblick über den Rhein. In und um das Schloss fand sich immer wieder eine Reiterstatue, der Spätlesereiter. Die Spätlese wurde nämlich im Jahre 1775 durch Zufall erfunden. Die Herren über Schloss Johannisberg saßen zu dieser Zeit in Fulda und so wurde jedes Jahr ein berittener Kurier dorthin geschickt, um eine Leseerlaubnis einzuholen. 1775 verspäte-

te sich dieser Kurier um acht Tage, wahrscheinlich wurde er von der Konkurrenz festgesetzt, sodass die Trauben schon anfangen zu faulen. Trotzdem kelterte man daraus einen Wein, der sehr gut schmeckte und seitdem als Spätlese bekannt ist.

Der Johannisberg war unsere letzte kulturelle Station. Danach kehrten wir wieder zum Weingut Eiserhof zurück, genossen noch ein leckeres Abendessen, den einen oder anderen, diesmal nicht geglühnten Wein, bevor wir uns schließlich mit unserem Bus wieder auf den Heimweg machten.

Sonntag kamen wir spät nach Haus mit Glühwein.....

*Gerhard Rudzok*



**Brillen Eck**

Aliceplatz 5      61169 Bad Nauheim

**Brillen nach Maß, dass ist doch was!**  
Auch individuelle Schwimm- und  
Sportbrillen bis hin zur Tauchermaske in  
ihrer Sehstärke.  
[www.brillen-eck.de](http://www.brillen-eck.de)

# DLRG Strömungsretter Teil 1

*Damit das Wasser unser Freund bleibt.*

„Fluss, Du fließt in alter Weise durch Dein programmiertes Tal.  
In zeitloser Deutschlandreise, so schön und überregional.“

So besungen von Rheingold im Jahre 1980. Mittlerweile sind ein paar Jährchen ins Land gegangen und es zeigt sich vermehrt, dass Flüsse immer häufiger ihre programmierten Täler verlassen und dann an Stellen auftauchen, wo es nicht mehr so schön ist. Die Rede ist von der zunehmenden Hochwassergefahr. Auch in diesem Jahr ist die Einsatzabteilung unserer Ortsgruppe nur knapp an einem Einsatz an der Oder vorbeigekommen. Voralarmiert waren wir bereits. Überregional stimmt demnach noch. Dies zeigt, dass Bedarf an Helfern besteht, die für einen Einsatz in schnell fließenden Gewässern ausgebildet sind, nämlich an Strömungsrettern. Bei der Strömungsrettung retten Helfer der DLRG, das sind wir, Menschen, das könntet Ihr sein, aus Gewässern, in denen eine starke Strömung herrscht. Dies ist meistens bei Flüssen und Bächen, welche Hochwasser führen, der Fall, es könnte sich aber auch um eine überflutete Straße handeln. Bei der DLRG gibt es verschiedene Lehrgänge für Strömungsrettung, beginnend mit dem Strömungsretter I.

Als Vorbereitung auf den Strömungsretterlehrgang I hielt die Einsatzgruppe nochmal eine kleine Übung an der Usa ab. Man traf sich am Sonntag, dem 28. Februar, einen Tag nach der Jahreshauptversammlung, pünktlich um 10:00 Uhr in der Gerätehalle. Noch vor dem Ausrücken nahm der neue, alte TLE Jens Bothe die Einteilung der kleinen Schar vor. Den nassen Teil durften Annkathrin, Julius und Gerhard erledigen. Hierzu zwängten wir uns in die Strömungsretterausrüstung, bestehend aus Neopren, Weste, Helm und Gurtzeug. Kamerad Zucki war Kraftfahrer und Fotograf, der Rest der Gruppe wurde zur Unterstützung eingesetzt. Max der „Echte“ und Peter der „Künstliche“ übernahmen die Rolle der Patienten. Dann ging es Richtung Usa in die Nähe der Kerckhoff-Klinik. Hier seilte sich das Strömungsretter-Team zum Ufer ab und los ging's. Von uns Dreien war Julius der einzige, der bereits eine entsprechende Ausbildung besaß, also musste er die anderen beiden anleiten. Das Team ging ohne uferseitige Leinensicherung vor, es wurde lediglich eine Unterstromsicherung ausgebracht. Diese bestand aus zwei mit je einem Wurfleinenbeutel ausgerüsteten Helfern. Bei Bedarf konnten sie den Strömungsrettern eine Leine



zuwerfen, falls diese sich unfreiwillig vom Team lösen sollten, um mit dem Strom zu schwimmen. Wir hielten uns gegenseitig an den Westen und marschierten durch das Wasser in Richtung des armen Max, der bereits seit einiger Zeit jämmerlich frierend, natürlich nur zum Schein, wir klagen nämlich ohne zu leiden, auf seine Rettung wartete. Im Dreieck wateten die Retter auf ihn zu. Die Strömung der Usa war schon recht stark, obwohl das Wasser nur bis zu den Knien reichte, musste unsere Gruppe schon etwas kämpfen, um auf dem mal steinigen, mal sandigen Untergrund nicht den Halt zu verlieren. Und immer schön dicht zusammenbleiben, auch wenn man sich dabei ständig auf die Füße tritt und meint sich gegenseitig zu behindern. Zum Glück hatte keiner Knoblauch gegessen, sonst wäre die ganze Aktion arg gefährdet gewesen. Max schwamm der Gruppe dann entgegen, wurde in die Mitte genommen und ans sichere Ufer gebracht. Bei Peter war das Ganze dann schon schwieriger. Der hing auf einem Felsvorsprung und rührte sich nicht. Deswegen nahm das Team ein Tragetuch mit, ein Spineboard wäre zu schwer zu transportieren gewesen. Auf dem Weg zu Peter mussten wir einmal umkehren und einen anderen Weg wählen. Wo wir ursprünglich lang wollten, erwies sich die Strömung dann doch als zu stark. Endlich bei Peter angekommen, wurde er mit einiger Mühe auf das Tragetuch gepackt und dann ging es wieder stromabwärts. Mit dem nicht ganz leichten Peter keine ganz leichte Aufgabe. Mit der Strömung, dem Untergrund und sich selbst kämpfend, gelangten die drei Strömungsretter mit einiger Mühe sicher ans Ufer. Peter war auch keine große Hilfe, ständig rutschte er vom Tragetuch oder machte sich extra schwer. Wieder festen Boden unter den Füßen, konnten wir alle Drei von uns sagen: „Ich hab Rücken!“ Aber es war eine lohnende Erfahrung, die gut auf den kommenden Lehrgang in Marburg vorbereitete.

Der Lehrgang Strömungsretter KatS SR1 fand vom 19. bis 21.03.2010 in der DLRG-Station Marburg statt. Am Freitag um 17:00 Uhr traf man sich in der Gerätehalle. Außer Lehrgangsleiter Job war nur noch der Kamerad Gerhard, das bin ich, mit dabei. Mit dem mit den Strömungsretterausrüstungen beladenen VW-Bus ging es dann zügig Richtung Marburg. Nach der Ankunft an der DLRG-Station wurde erst mal in der nahegelegenen Jugendherberge Quartier bezogen, anschließend trafen sich alle Lehrgangsteilnehmer im Lehrsaal der Station. Hier wurde für den Rest des Abends der gesamte theoretische Teil des Lehrgangs abgearbeitet. Zur Auflockerung zeigte Job uns erst einmal ein paar kurze Filme aus der Realität, in denen zu sehen war, wie man es nicht machen

sollte. Dann lernten wir, wie man das Wasser liest: Wo sind ruhige Stellen ohne Strömung (Eddies). Wie erkennt man Hindernisse unter Wasser? Was ist ein böses V: Ein Hindernis im Wasser, um welches das Wasser herum strömt. Böse, weil man dagegen gedrückt werden kann. Und was ist ein gutes V: Es bildet sich an der der Strömung abgewandten Seite eines Hindernisses. Hier ist keine Strömung. Eine starke Eintrübung des Wassers und vermehrt Treibgut weisen auf beginnendes Hochwasser hin. Es gibt verschiedene Arten von Hindernissen im Wasser, wie Verblockungen, Strainer, Unterspülungen. Anschließend wurden die Taktiken bei der Strömungsrettung behandelt. Ober- und Unterstromsicherung. Knotenkunde und Seiltechniken. Strömungsrettung heißt nämlich auch sich abseilen und Seilbrücken über den Fluss zu bauen. Vollgepumpt mit neuem Wissen begaben wir uns dann zur Nachtruhe.

Am nächsten Tag war um 8:00 Uhr Frühstück in der Station. Danach ging es sofort mit der Praxis weiter. Zuerst wurde trocken an Land das Anlegen der PSA, bestehend aus Weste, Helm, Handschuhen und Wurfleinenbeutel geübt, sowie das Auslösen des Panikverschlusses an der Weste. Verschiedene Zielwurfübungen mit dem Wurfleinenbeutel auf statische und bewegte Ziele standen auch auf dem Programm. Dabei musste das Ziel entweder genau getroffen oder mindestens überworfen werden. Nach dem Mittagessen ging es dann mit Neoprenanzug ins nasse Element. Klar wissen wir, dass man mit vollem Magen nicht schwimmen geht. Deshalb gab es ja auch nur ein kleines, kräftiges Süppchen. Die Lahn führt praktischerweise direkt an der Marburger Station vorbei und führte reichlich Wasser mit der dazugehörenden Strömung. Wir begaben uns hinter dem Wehr ins Wasser und ließen uns erst mal, wie eine Entenfamilie, ein kleines Stück flussabwärts treiben. Auf dem Rücken liegend, die Füße voran, von Weste und Neopren getragen ging das ganz gut. Das Wasser war allerdings doch noch recht kalt, wenn es sich im Anzug verteilte. Irgendwann stießen wir dann auf ein DLRG-Auto am Ufer, das war dann unser Ausstiegspunkt. Hier hieß es schwimmen, um das Ufer zu erreichen. Schwimmen ist mit der Ausrüstung gar nicht so einfach. Man krault mit dem Kopf über Wasser. Beinschlag ist wegen der Schuhe zu vernachlässigen und gegen den Strom geht es schon mal gar nicht. Man kann bestenfalls quer zur Strömungsrichtung schwimmen, was bedeutet im 45°-Winkel dagegen. Wird diese Schwimmbewegung rechtzeitig begonnen, denn man treibt natürlich weiterhin flussabwärts, dann schwimmt/treibt man an der richtigen Stelle ans Ufer und kann an Land gehen. Nachdem das alle geschafft hatten, wurde

zunächst eine Unterstromsicherung aufgebaut, bestehend aus zwei Rettern, die mit Wurfleinenbeuteln ausgerüstet stromab postiert wurden, falls jemand den Ausstiegspunkt verfehlen sollte. Deswegen hatten wir ja vormittags Zielwerfen mit dem Wurfleinenbeutel geübt. Es folgten ein paar Schwimmübungen in Dreiergruppen. Etwas flussaufwärts ins Wasser springen und am vorgegebenen Punkt wieder aussteigen. Als nächstes eine Rettungsübung. Dabei treibt von oben ein Opfer heran, ein diesmal angeleiteter Strömungsretter springt ins Wasser und fängt den Ärmsten ab, packt ihn und lässt sich mit ihm Richtung Ufer treiben. Dabei mussten teils zwei Leute am Ufer die Leine halten bzw. der Leinenführer musste gehalten werden. Retter und Opfer ans Ufer zu ziehen ist zum Glück nicht nötig, da jemand, der an einer Leine hängt automatisch auf die Uferseite zutreibt, wo sich das andere Ende der Leine befindet, Physik und so. Unsere Ausbilder, Job, Peter und Dirk hielten uns manchmal dahingehend auf Trab, dass sie mehrere Patienten gleichzeitig auf die Reise schickten. Dabei kam dann schon manchmal etwas Hektik auf. Ebenfalls geübt wurde das Auslösen des Panikverschlusses an der Strömungsretterweste. Wenn nämlich ein angeleiteter Strömungsretter an der Leine hängt und unter Wasser gedrückt wird, muss er diese schnell abwerfen können. Das wurde trainiert. Kameradin Mareike dachte allerdings, man würde sie irgendwann loslassen und hing ewig in der Leine. J.D. foppte die Ausbilder, indem er noch in der Leine hängend möglichst viel Wasserwiderstand bot. Dadurch ging es erst nochmal einen Meter nach vorne. Mareike testete dann, auf Anweisung der Ausbilder die Unterstromsicherung. Fünf Leinen mussten ihr zugeworfen werden, bis sie eine davon greifen konnte. Nächste Übung: Laufen in der Strömung. Es gibt verschiedene Formationen, wie sich Strömungsretter zu Fuß in der Strömung bewegen können. Im Dreieck (3 Helfer), im Quadrat (4 Helfer), in Keilform ( $\geq 5$  Helfer). Wir bemühten uns nach Kräften auf diese Arten das andere Ufer zu erreichen, doch an diesem Tag waren die Lahn und ihre Strömung einfach stärker. Die Helfer halten sich aneinander fest und die Methode ist, dass immer ein Teil der Gruppe sich bewegt, während der andere festen Halt auf dem Grund hat oder haben sollte. Die Erfahrung zeigte jedoch, dass, wenn nur einer ins Rutschen gerät und von der Strömung mitgenommen wird, die anderen nach einiger Zeit folgen. Und wenn erst mal die ganze Gruppe mitgerissen wird, dann gibt es kein Halten mehr. An einer etwas ruhigeren Stelle oberhalb des Wehres übten wir dann den Transport eines Patienten auf einem Spineboard. Acht Retter schafften es dann, eine Person über die Lahn zu tragen. Nächster Punkt: Abseilen von einer Brücke ins Wasser. Nachdem das alle zweimal geschafft hatten, ließen wir uns noch ein

bisschen treiben. Kleine Showeinlage dabei, ein Baum lag quer über dem Wasser, gerade in Höhe der Wasserlinie. Also entweder drunter durch oder drüber weg. Drüber weg ist normalerweise der bessere Weg, man weiß ja nicht, wie es unten drunter aussieht. Vielleicht sind da ja Äste im Weg. Aber wenn man erst mal auf den Baum aufgelaufen ist und einem die Beine unter den Baum gezogen werden, dann ist nix mehr mit drüber weg, dann heißt es drunter durch. Der Tag endete mit einem üppigen Abendessen aus jeder Menge Grillgut und Nudelsalat. Zuvor wurden Ausrüstung und Strömungsretter etwas aufgeklart. Die Station Marburg verfügt über eine Toilette mit Dusche. Sicher praktisch, wenn mal kein Papier zur Hand ist.

Der letzte Tag begann natürlich, wie wohl jeder Tag bei der DLRG, mit einem ausgiebigen Frühstück. Dann folgte eine Stationsausbildung, in der auf drei Stationen verschiedene Seiltechniken gelehrt wurden. Station 1: Errichten von Ankerpunkten mit Bandschlingen, Seilen und Karabinern. Station 2: Abseiltechniken mit einer Korbtrage und Station 3: Aufbau eines Flaschenzuges zum Vorspannen eines Seiles. Danach ging es wieder in die Lahn, die nun deutlich mehr Wasser führte als am Vortag, was sich natürlich auch auf die Strömungsverhältnisse auswirkte. Wieder ließen wir uns flussabwärts treiben, wobei als Vorübung für das Kommende diverse Punkte am Ufer angeschwommen wurden. Am Zielpunkt wartete Peters Auto mit dem Strömungsrettungsanhänger auf uns. Dieser war beladen mit allem, was man zum Aufbau einer Seilbrücke über die Lahn braucht. Eine Seilbrücke dient z.B. zum Transport von Verletzten über den Fluss. Dazu müssen natürlich auf beiden Seiten des Flusses Anschlagpunkte aufgebaut werden. Wie bekommt man nun Material auf die andere Seite der Lahn? Ganz einfach, wir können doch alle schwimmen. Also schwimmt erst ein Trupp mit Seil, Bandschlingen und Karabinern über die Lahn und baut den Anschlagpunkt an einem Baum. Nachdem das Seil auf dieser Seite des Ufers angeschlagen war, musste wieder einer mit diesem Seil zurückschwimmen. Dann wurde an diesem Seil ein Zweites und Drittes über die Lahn gezogen. Von der Uferseite mit dem Geräteanhänger wurden die beiden Lastseile, eins davon als Reserve, mit der zuvor gelernten Flaschenzugtechnik gespannt. Anschließend wurde eine Korbtrage eingehängt, die von jeweils einem Seil auf jeder Uferseite bewegt werden konnte. Leider war es nicht möglich eine Person auf der Trage über den Fluss zu transportieren. Höher als zwei Meter vom Ufer aus konnten wir die ganze Konstruktion nämlich nicht aufbauen und trotz Vorspannung wäre die Korbtrage mit nur einer Person ca. drei

Meter tief abgesackt, also ins Wasser getaucht. So war uns leider nur der Transport von Dirks Zigaretten möglich. Bei dieser Aktion war besonders wichtig, dass jeder immer ein waches Auge auf die Anderen hatte. Gerade bei den schwimmerischen Transportaktionen kam es immer wieder vor, dass der Strömungsretter im Wasser Hilfe benötigte. Teamwork ist das Wichtigste bei der Strömungsrettung. Anschließend noch etwas Spaß mit einem Sicherungsseil über den Fluss. Knapp über der Wasseroberfläche schräg gespannt, bietet es einem die Möglichkeit sich festzuhalten und sich bequem ans Ufer zu hangeln.

Die zwei Lehrgangstage gingen sehr schnell vorbei. Aus meiner Sicht war es mit Sicherheit der körperlich anstrengendste Lehrgang, den ich je mitgemacht habe, aber auch einer der schönsten und interessantesten. Wir hatten sehr viel Praxis und haben dabei viel Neues gelernt, was jetzt natürlich weiter vertieft werden muss. Insbesondere die Seiltechniken fand ich sehr interessant. Mit einem Seil oder einer Leine kann man eben nicht nur ein Boot irgendwo festmachen, und so eine Seilbrücke über einen Fluss, die hat schon was.

*Gerhard Rudzok*



# Praxis Ockstadt

Gemeinschaftspraxis

Fachärzte für Allgemeinmedizin

**Dr. med. Wolfgang Pilz**

**Dr. med. Heike Wagner**

Tel. 06031 6936-0

[www.praxis-ockstadt.de](http://www.praxis-ockstadt.de)

# Osterferienaktion der Jugend

Am 9. und 10. April 2010, dem ersten Osterferienwochenende, wurde eine Osterferienaktion der Jugend für alle Kinder und Jugendliche der Juniorretter und der Freitagsschwimmerbahnen veranstaltet. Am Freitag (9.4.) stand in der Turnhalle des Friedberger Burggymnasiums ein Teambuilding-Tag auf dem Programm.



Dabei waren 6 Kinder und Jugendliche im Alter von 10-14 Jahren unserer Ortsgruppe, sowie der aktuelle Jugendausschuss und einige Helfer.

Um 10 Uhr trafen wir uns an der Turnhalle der Burg.

Wir zogen uns um und begannen mit ein paar Kennenlernspielen, wie in einer Reihe nach Geburtsdatum, Anfangsbuchstaben der Vornamen, Alter oder Größe aufstellen oder Ballwurf und währenddessen den Namen des „Anvisierten“ sagen. Diese Spiele machten allen viel Spaß.

Trotz der „frühen“ Uhrzeit wurden alle wach und machten mit Energie, Freude und Elan bei den Teambuildingspielen mit.

Der nächste Programmpunkt war ein etwas schwierigeres Spiel, das Schnelligkeit, Geschick und Kommunikation in der Gruppe forderte: „Pipeline“. Dabei treten zwei Gruppen gegeneinander an, die jeweils drei 1-Meter lange, längs geteilte Plastikröhren und eine Holzmurmel bekommen. Nun müssen sie so schnell wie möglich die Holzkugel von einem Startpunkt zu einem 20 Meter entfernten Zielpunkt, einem Eimer, transportieren. Regel allerdings ist, dass die Kugel nicht „stehen bleiben“ darf, sondern immer weiter nach vorne rollen muss und dass die Gruppe sich immer einmal komplett abwechseln muss, bis der Erste die Röhre wieder übernehmen darf. Das heißt, dass die Gruppe sich absprechen muss um an ihr gemeinsames Ziel zu kommen.

Nach dieser Übung waren alle Teilnehmer ins Schwitzen geraten und brauchten erst einmal eine Pause.

Diese verbrachte man zusammen mit mitgebrachten Brötchen und Getränken in einem Kreis.

Nach der Pause ging es weiter mit einer Runde „Capture the Flag“, bei dem man der gegnerischen Mannschaft einen Schatz, hier ein Teamband, klauen muss, ohne selbst gefangen zu werden. Ist das doch passiert, kommt derjenige ins „Gefängnis“ und muss von Kameraden aus der eigenen Mannschaft „Befreit“ werden.

Weiter ging es mit dem allgemein bekannten Spiel „Völkerball“ bzw. „Zombieball“. Mittlerweile war es schon 13 Uhr und wir machten eine kurze Trinkpause. Danach spielten wir „Tarzan“ an den Seilen und eine Partie Fußball.

Anschließend machten wir noch eine Übung namens „Zauberstab“. Hier ging es wieder um Kommunikation. Es musste ein 4 Meter langer Metallstab gemeinsam abgelegt werden. Dabei mussten alle Teilnehmer ihre Zeigefinger wie eine Pistole ausstrecken. Darauf lag der „Zauberstab“ und sollte abgelegt werden. Regel dabei ist, dass er nicht losgelassen bzw. nicht berührt werden durfte. Dies hatte zur Folge, dass der Stab erst einmal nach oben statt nach unten wanderte. Erst nach Absprache funktionierte das gemeinsame Ablegen. Der erfolgreiche Teambuildingtag endete gegen 14:30 Uhr mit einer Feedbackrunde mit positiven Rückmeldungen.

Während der Jugendausschuss auf ihre Jugendklausurtagung fuhr, wurden am darauf folgenden Tag (Samstag, den 10.4.) den Teilnehmern die Aufgaben der Einsatzgruppe näher gebracht.

Da es neuerdings und erst seit diesem Jahr das Jugend-Einsatz-Team kurz JET gibt, wurde an diesem Aktionstag Werbung hierfür gemacht. Durch die Teilnahme am JET hatten die Teilnehmer die Möglichkeit, sich spielerisch mit den Aufgaben der Wasserrettung vertraut zu machen.

An diesem Tag konnten die Jugendlichen, welche auch am Vortag dabei waren, die Fahrzeuge, Boote und Rettungsgeräte anschauen und ausprobieren. Außerdem fuhren wir gemeinsam an eine Stromschnelle der Usa, wo wir die Gefahren und Möglichkeiten beim Retten innerhalb dieses Elements erarbeiteten, zum Beispiel das Retten eines „Patienten“ in einem schnell fließenden Fluss mit Rettungsgeräten. Genau diese Themen werden auch in der Einsatzgruppe während der Ausbildung zum Strömungsretter behandelt und geübt.

Zudem wurden Übungen mit dem Wurfleinenbeutel gemacht und die Funktion des Signalmanns erklärt.

*Sarah Ehrenberg*

## Diemelsee, die Zweite

*„Bootsausbildung vom 21. - 24.05.2010 wieder mal am Diemelsee“*

Wir haben uns wohl gut benommen, drum durften wir auch wiederkommen. Keine Angst, ich habe nicht vor diesen Bericht in Reimform zu schreiben. Ich brauchte nur einen Aufhänger für den Einstieg. Im Jahre 2009 fand unsere standortverlagerte Bootsausbildung zum ersten Mal am Diemelsee statt, wo die DLRG Ortsgruppe Korbach eine idyllische Wachstation betreibt, sogar mit Seeblick. Auch in diesem Jahr zog es uns an Pfingsten wieder in den schönen Naturpark zwischen Marsberg, Korbach und Willingen. Freitag am späten Nachmittag ging es los. An Transit und VW-Bus wurden die Boote Friedberg I und unser neues KatS-Boot Wetterau VI angehängt, und nachdem Personen und Lasten gleichmäßig auf die Autos verteilt waren, starteten wir Richtung Norden. Mit einer kleinen Schleife. Wir hatten nämlich unseren schweigsamen Kameraden Peter in der Gerätehalle vergessen, mussten also nochmal zurück, um ihn zu holen. Gegen Abend erreichten wir unser Ziel, bezogen erst mal Quartier und genehmigten uns anschließend ein kurzes Abendessen gefolgt von einer Lektion Revierkunde, bestehend aus einem kurzen Spaziergang am See entlang.

Der nächste Tag begann für den Kameraden Fabi äußerst schlecht. Er hatte eine unheimliche Begegnung der schleimigen Art, weil leider nicht alle Mamis ihren Buben beibringen, dass man sich die Hand vor den Mund hält, wenn man niesen muss.

Trotzdem wurde gefrühstückt und anschließend ging es los. Die Boote mussten zu Wasser gebracht werden. Kamerad Gerhard quälte den VW-Bus mit der angehängten Wetterau VI mit qualmender Kupplung die steile Einfahrt zur Wachstation hinauf, bis er bemerkte, dass jemand hinterhältig die Handbremse des Trailers angezogen hatte. Macht man sowas? Nachdem unsere zwei Boote im Wasser und bemannt waren, hatten wir erstmals Pause. Für die sauerländischen DLRG Kameradinnen und Kameraden der Ortsgruppen Höxter und Warendorf stand nämlich eine große KatS-Übung zusammen mit THW und Rettungsdiensten an. Wir haben uns dabei als Beobachter betätigt und natürlich unterstützt, wo dies erforderlich war. Ein Sanitätsteam wurde von uns gestellt, und die Rettungshundestaffel des roten Kreuzes per Boot an ihren Einsatzort transportiert, was uns jede Menge Hundehaare ins Boot brachte. Unser Sanitäter Fabi hatte sogar einen realen Einsatz. Am Diemelsee gibt es einen schönen bewaldeten Berg, den Moffert. Angenommene Lage war, dass in diesem Berg Leute verunglückt waren, denen geholfen werden musste. Der Berg ist steil, der Anstieg also mühsam und es war schön warm an diesem Tag. So haben dann THW und Rotkreuzler mit ihrer Ausrüstung und den dicken Jacken kreislaufmäßig etwas schlapp gemacht und wurden von Fabi versorgt. Danach war erst mal



Schluss mit bergsteigen.

Interessant war, dass die Kameraden die gleiche Übung durchgeführt haben wie wir letztes Jahr, nämlich „Retten und Evakuieren von gewerblichen Personenschiffen und Freizeitgeräten“. Gerettet wurde wieder vom Ausflugsboot Muffert. Diesmal wurden drei Patienten an Bord gebracht, einer davon war unser Peter, den es natürlich mal wieder am schwersten erwischt hatte. Mit drei Booten enterten DLRG, THW und Rotes Kreuz anschließend die Muffert. Dabei kam wirklich eine andere Methode zur Anwendung, als wir sie kennen. Während wir mit unserem Boot an die Muffert heranfuhr, das Rettungsteam absetzten und sich unser Boot anschließend sofort wieder entfernte, haben die Kameraden aus dem Sauerland mit bis zu drei Booten an der Muffert festgemacht. Die Patienten wurden auch nicht mit einer Schleifkorbtrage ins Rettungsboot abgeseilt. Wer noch gehfähig war, musste selber übersteigen und Peter wurde auf dem Spineboard rüber gereicht. Dabei musste das Rettungsboot natürlich exakt seine Position halten, was die Kameraden vom THW auch gemeistert haben.

Natürlich erachten wir unsere Methode trotzdem als die Bessere und haben das auch gleich so fortgesetzt. Dabei kam unser neues KatS-Boot Wetterau VI richtig zum Einsatz. Es handelt sich dabei um ein Pionier Multi. Das Besondere an diesem Boot ist die Bugklappe. Diese lässt sich herunterkurbeln und bietet so einen bequemen Einstieg für Taucher und Schwimmer. Außerdem bietet dieses Boot noch viel Platz. Also machen wir es wie immer. Mit dem Boot an das Ausflugschiff ran, das Rettungsteam steigt mit Schleifkorbtrage über und das Boot fährt erst mal wieder weg. Anschließend wird Patient Peter, wer denn sonst, versorgt und auf die Schleifkorbtrage gepackt. Dies ging jetzt schneller als im letzten Jahr. Die Wetterau VI bietet nämlich genügend Platz, sodass wir die Schleifkorbtrage bereits fix und fertig zusammengebaut transportieren konnten. Nachdem Peter gut und sicher verschnürt war, fuhr die Wetterau VI wieder an die Muffert heran und Peter wurde abgeseilt. Dann nur noch das Team übersetzten, fertig. Wir bekommen langsam Routine darin.

Am folgenden Tag stand dann wieder Rettung aus Steilhängen auf dem Ausbildungsprogramm. Doch vor Beginn, noch vor dem Frühstück, bewiesen uns die Kameradinnen Annkathrin und Sarah, dass man Schokolade nicht nur zum Essen verwenden kann. Man kann sie sich nämlich auch ins Gesicht schmieren. Schokomaske nennt sich das Ganze und verleiht der Haut ...., na, für irgendwas wird es schon gut sein. Zurück zur Rettung aus Steilhängen. Für diese Aufgabe wurden zwei Teams aus je vier Helfern gebildet. Per Boot Wetterau VI wurden die Teams zu ihrem Einsatzort gebracht und am Ufer abgesetzt. Die heruntergelassene Bugklappe erleichterte dabei den Ausstieg. Dann hieß es erst mal heldenhaft den Steilhang erklimmen und oben am Geländer an der Straße aus zwei Bandschlingen, Seilen und Karabinern eine Seilsicherung

aufbauen. Nun konnten wir uns, durch das Seil gesichert, bequem in den Hang hängen. Aber dafür waren wir natürlich nicht da. Es ging mal wieder um Peter, Peter in der Schleifkorbtrage. Diese Kombination musste von jedem einmal den Steilhang hinaufgeschafft und wieder abgelassen werden. Dazu hat sich der Helfer an einem Seil selbst gesichert, das andere war für Peter. Der Helfer musste nun Peter in eine Position wuchten, die es seinen Kameraden an der Seilsicherung ermöglichte hangaufwärts das Seil straff zu ziehen und es hangabwärts wieder nachzulassen. Das war ziemlich anstrengend. Man muss ja auch daran denken, dass es sich bei Peter um einen lebenden Menschen handeln könnte, der nicht einfach irgendwie den Hang hinauf gezerrt werden will.

In der Abenddämmerung hat sich dann jeder von uns nochmal von einer Brücke ca. vier Meter tief in die Wetterau VI abgeseilt. Fast jeder, Doc Michael musste das Boot fahren und Job als TLE die ganze Aktion beaufsichtigen.

An unserem letzten Tag hatten wir dann noch den Vormittag Zeit für ganz normale Bootsausbildung: Anlegen und Mann-über-Bord-Manöver. Danach ging es nach dem Mittagessen schon wieder an die Vorbereitungen zur Abreise. Packen, die Station auflären und die Boote wieder aus dem Wasser. Am frühen Nachmittag traten wir dann wieder die Heimreise Richtung Bad Nauheim an. Genau rechtzeitig, denn während wir die ganze Zeit über nur strahlenden Sonnenschein hatten, begann es nun auf einmal zu regnen. Wenn Engel reisen, weint eben der Himmel. Hoffentlich denken die Kameraden aus Korbach nicht, wir hätten das schöne Wetter absichtlich mitgenommen. Für das nächste Jahr ist wieder mal eine Bootsausbildung an einem Fluss vorgesehen. Obwohl es uns am Diemelsee wieder sehr gut gefallen hat, bietet ein Fluss doch andere Übungsbedingungen, nämlich Berufsschiffahrt, Schleusen und viel mehr Schifffahrtszeichen. Dinge, die unsere jungen Helfer und zukünftigen Bootsführer auch mal kennenlernen müssen.

*Gerhard Rudzok*

## 40 Jahre Sven Janssen

*Alles Gute*

Kaum zu glauben aber wahr, der Sven Janssen der wird 40 Jahr!

Er selbst kann es wohl kaum glauben, aber es ist so.

Wenn ich jetzt noch sage, dass er seit über zwei Jahrzehnten ununterbrochen bei uns aktiv ist, werden es manche wohl kaum glauben, aber es ist so.

Wenn ich jetzt noch sage, dass er über 20-mal sein Rettungsschwimmabzeichen Gold wiederholt hat, werden es viele wohl kaum glauben, aber es ist so.

Wer den unglaublichen Sven im Schwimmbad treffen möchte, kommt am besten zum Dienstagstraining. Das leitet er seit dessen Einführung. Wann das genau war, müsst ihr ihn selbst fragen, ansonsten ist keiner von den Gründungsschwimmern mehr dabei.

Mein Einstieg in das Dienstagstraining war 1996. Meine ersten Eindrücke waren, dass es anspruchsvoll war. Sven kennt aus seiner jugendlichen Schwimmerzeit viele Möglichkeiten, das Training zu gestalten...

Im Laufe der Jahre sind viele Teilnehmer gekommen und gegangen, Sven ist dem Dienstagstraining immer treu geblieben. Sei es nach seinem Umzug nach „weit weg“ oder später nach seinem Umzug nach „weit, weit weg“. Politische Ereignisse wie der 11. September 2001 haben ihn vom Training nicht abhalten können. Wir waren damals nahezu die einzigen Besucher im Schwimmbad und später die einzigen Gäste in der Sportsbar.

Sven ist heute stolzer Familienvater, hat dementsprechend wenig Schlaf und kommt trotzdem fast immer noch.

Das kann ich selbst kaum glauben, aber es ist so.

Hut ab und herzlichen Glückwunsch!

*Thomas Mahr*

**Wir gratulieren allen Kindern, die im Jahr 2010 das  
SEEPFERDCHEN bestanden haben:**



Kevin Allerdings, Julia Krämer, Pascal Becker, Lenard Hödicke, Norman Reichold, Sara König, Sinit Woldeselassie, Katharina Hirsch, Jannis Weckler, Marlon Schaefer, Maurice Litzba, Fabian Losert, Ajron Usha, Lilian Morgan, Leonita Gerbeshi, Johanna Haskamp, Greta Weyland.

**Wir gratulieren allen Kindern, die im Jahr 2010 das  
JUGENDSCHWIMMABZEICHEN BRONZE bestanden haben:**



Marco Stamper, Anna Sulzer, Erik Gries, Markus Kelbin, David Findeisen, Ben Prutzer, Bennet Möhrmann, Jakob Hildebrandt, Raven Oberwallner, Hanna Spörl, Isabelle Halfmann, Nico Sulzer, Nadine Haag, Brandon Oberwallner, Georg Friedewald, Nora Trappe, Marie Matic, Anni Brehm, Jasmin Lerch.

**Wir gratulieren allen Kindern, die im Jahr 2010 das  
JUGENDSCHWIMMABZEICHEN SILBER bestanden haben:**

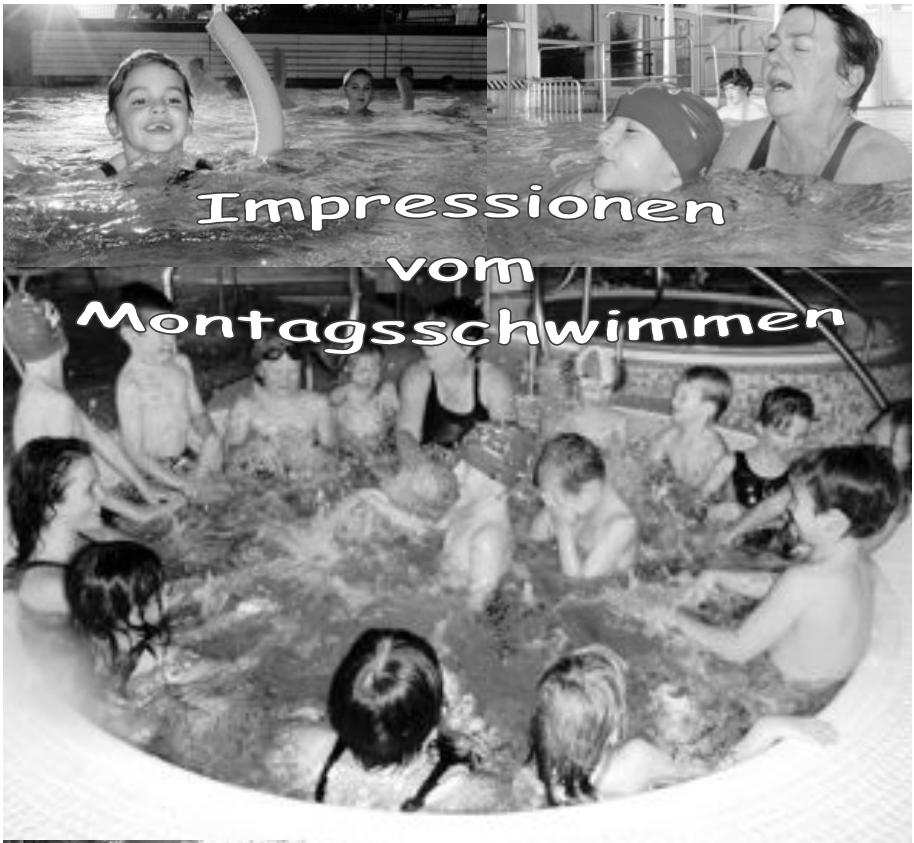


Alicia Schneider, Anna Bürglen, Bastian Hubert, Denis Glaas, Denise Haag, Eloise Knaf, Hanna Feix, Helena Milewski, Henrik Radtke, Jee-O-Yang, Johanna Friedewald, Malon Prutzer, Moritz Brodt, Paige Sullivan, Selina Peitz, Sophia Reitz, Tatjana Schneider, Tim Wahl, Celine Schmidt, Sina Hölzel, Anna Sulzer, Ben Prutzer, Bennet Möhrmann, Brandon Oberwallner, David Findeisen, Erik Grieb, Friederike Antkowiak, Hanna Spörl, Isabelle Halfmann, Jakob Hildebrandt, Martin Hentschel, Nadine Haag, Nico Sulzer, Raven Oberwallner, Alexander Rönninger.

**Wir gratulieren allen Kindern, die im Jahr 2010 das  
JUGENDSCHWIMMABZEICHEN GOLD bestanden haben:**



Celine Schmidt, Sina Hölzel, Selina Tross, Sophia Reitz, Christin Scharfe, Anna Bürglen, Anna Ludwig, Denise Haag, Denise Glaas, Elisa Friedewald, Ersan Akyüz, Hannah Siegmund, Helena Milewski, Janick Milius, Eloise Knaf, Jessica Thiele, Johanna Friedewald, Jakob Kraft, Laura Smolka, Lisa Reuß, Marlon Prutzer, Moritz Brodt, Nicholas Träger, Paulina Pässler, Sabrina Griffith, Sophia Reitz, Tamara Gebattel, Tamina Kempf, Tatjana Schneider, Lars Reuß, Adrian Schlaaf, Cintia Christodoulatos, Gwendoline Götz, Lea Höhmann, Nima Shemirani, Tim Schüngel, Xenia Stadlober, Leon Schmidt, Leonie Abend, Milan Rudic, Sarah Hashamp.



# Müsli gehört ins Vogelhäuschen

*Über das Essen in Schotten – Fleisch ist ein Stück Lebenskraft*

Appetit schon am Morgen,  
weg sind Kummer und Sorgen.  
Essen ist für mich  
erste Helferpflicht.  
Ohne Appetit geht's nicht.

Mit diesem Text aus dem bekannten Zeichentrickfilm Asterix und Kleopatra als Einleitung möchte ich mich einem wichtigen, nicht zu unterschätzendem Thema widmen, nämlich der Verpflegung auf unserer Wasserrettungsstation in Schotten. Wer meint, wir würden dort oben im finsternen Vogelsberg nur aus der Dose leben, liegt natürlich völlig falsch. Eine ausgewogene, schmackhafte, gesunde, sich am Bedarf eines Wachgängers orientierende, mit Freude zubereitete Ernährung ist seit Jahren fester Bestandteil des Wachdienstes.

Das fängt schon beim Frühstück an. Zu einem normalen Frühstück gehören frisch gebackene Brötchen, sowie verschiedene Wurst-, Käse- und Marmeladesorten. Nicht fehlen darf natürlich das allseits beliebte Mett-Set, auch Fleischmüsli genannt. Dieses besteht aus Mett, Salz, Pfeffer und frischen Zwiebeln, ein äußerst schmackhafter Brotbelag. Abgerundet wird das Ganze noch mit einem Frühstücksei und Nutella. Dass Kaffee in ausreichender Menge immer zur Verfügung steht, muss wohl nicht extra erwähnt werden. Sollte die Mannschaft das Glück haben, dass Hobby-Meisterkoch Julius anwesend ist, erfährt das Frühstück noch eine Ergänzung: Pfannkuchen und Rührei mit Schinken. Nachdem jeder sein Bäuerchen gemacht hat, auch das dient der Gesunderhaltung und dem Wohlbefinden, stürzen wir uns dann gestärkt und mit Eifer auf unsere Aufgaben als Wachgänger.

Aber erst mal der Reihe nach. Die Wachmannschaft trifft sich samstagsmorgens um 8:00 Uhr in der Gerätehalle. Zu diesem Zeitpunkt ist ein grober Speiseplan für das Wochenende bereits erstellt. Um wichtige Dinge kümmern wir uns immer frühzeitig. Auf dem Weg nach Schotten werden dann zwei bekannte Supermärkte in Berstadt angesteuert. Hier decken wir uns mit dem Notwendigen ein. Ein Wachwochenende besteht aus vier Mahlzeiten, Kaffee, Kekse und Kuchen nicht mitgerechnet, nämlich einem Frühstück am Sonntag zwei Mittagessen an beiden Tagen und einem Abendessen am Samstag.

Das Mittagessen am Samstag fällt meist etwas kleiner aus. Ein gemischter Salat bestehend aus Blattsalat, Tomaten, Paprika, Champignons, manchmal auch Eiern Schinken und Käse. Dazu gibt es auch mal Putenbruststreifen. Alternativ kann der Salat auch weggelassen, dann stärken wir uns mit belegten Brötchen. In

einem guten Sommer ist es schön warm in Schotten und in der Hitze isst man sich halt nicht so voll. Schließlich müssen wir ja noch was leisten können.

Wenn es dann samstagsabends auf 18:00 Uhr zugeht, sich der Wachdienst dem Ende zuneigt und die Sonne blutrot hinter den Baumwipfeln verschwindet, dann ist es an der Zeit Fett zu verbrennen, also schmeißen wir den Grill an, denn:

Überall hört man es schreien,  
wer Appetit hat, hat Schwein.  
Nur wer gut isst, der sieht ein:  
Essen und Trinken muss sein!

Das Abendessen beginnt eigentlich mit der Körperpflege und dem damit verbundenen Duschbier. Damit befreien wir unsere Körper vom Schweiß des Tages und unsere Kehlen vom, ähm... Staub der Radstreifen. Gegrillt werden größtenteils Grundnahrungsmittel, Steaks, Würstchen und dann nochmal Steaks. Mit Kräuterbutter gefüllte Champignons machen sich auch ganz gut und wenn die echten Gourmets anwesend sind, verirrt sich auch mal Fisch auf den Grill. Dazu gibt es eine große Schüssel Salat, manchmal auch zwei, mit den bekannten Zutaten und Baguette. Man nennt das die Neandertalerdiät, Fleisch und Gemüse. Nicht nur schmackhaft sondern auch noch gesund. Unter zwei Steaks pro Person geht natürlich gar nix und dann haben wir ja noch die Würstchen und die gefüllten Champignons. Wer da nicht satt wird, ist selber schuld. Vielleicht liegt es daran, dass die Bettgestelle im Schlafraum recht laut ächzen, wenn wir zur verdienten Nachtruhe schreiten.

Über das Frühstück habe ich mich ja schon ausgelassen. Das Sonntagsmittagessen hängt stark von der anwesenden Wachmannschaft ab. Schweinebraten mit Kartoffeln, Wokgemüsepfanne mit Putenbruststreifen, Rinderbraten mit selbstgemachten Kroketten und Bohnengemüse, Gyros mit Reis und Tsatsiki. Wenn es Spagetti gibt, wird die Bolognese- oder Sahnesoße selbstverständlich auch selbst gemacht.

Als letztes Jahr unsere Ausrüstung durch eine Fritteuse ergänzt wurde, gab es das ganze Wochenende über Pommes. Kekse und Kuchen gibt es nach Bedarf. Die Kameradin Caro hat in diesem Jahr den ersten Pflaumenkuchen auf der Station gebacken. So richtig mit selbstangerührtem Teig, perfekt. Den Grill haben wir abends auch schon mal ausfallen lassen, stattdessen gab es Rindersteaks aus der Pfanne mit Spätzlen, dazu eine Soße, die Hobbykoch Julius eigens für dieses Abendessen kreierte. Es steht viel Fleisch auf unserem Speiseplan. Körnerfutter ist eher selten, wir sind doch keine Meerschweinchen. Müsliriegel gibt es mal als Notfallration bei Übungen und Einsätzen.



Man sieht, wir lassen es uns also recht gut gehen auf unserer Wachstation in Schotten, und nachdem das Sortiment an Pfannen dieses Jahr wieder erweitert wurde, wird das wohl auch so weiter gehen. Einige Wachgänger, vor allem weibliche, beschwerten sich manchmal, man würde da immer so zunehmen. Nun, sie beschwerten sich wohl zu recht. Gutes Essen und Trinken steigert das Wohlbefinden und damit die Leistungsfähigkeit der Wachgänger und die gemeinsamen Mahlzeiten tragen auch viel zur Geselligkeit bei. Und außerdem: Was soll ein schlechtes Leben nützen?

Also in diesem Sinne bedanke ich mich bei den Machern des Zeichentrickfilms Asterix und Kleopatra für die Zitate und...  
einen hab ich noch:

Hast Du Appetit hau rein,  
dann wird Dir auch nicht flau sein.  
Lass den Magen nie  
hängen bis zum Knie.  
Warum willst Du nicht schlau sein?

*Gerhard Rudzok*

... die frische Qualität seit 1900  
aus eigener Schlachtung und Herstellung  
von Ihrem Fleischerfachgeschäft

# HEROLD

**61169 Friedberg-Fauerbach**

Fauerbacher Str. 82

Telefon (0 60 31) 57 15

Telefax (0 60 31) 6 36 87



## **Wasserretter besuchen das französische Weinanbaugebiet Burgund**

Fröhlich startete vor einigen Tagen eine Reisegruppe der DLRG Ortsgruppe Friedberg-Bad Nauheim mit einem Bus der Firma Stroh zu einem mehrtägigen Aufenthalt in das anerkannt hervorragende Weinanbaugebiet Frankreichs, nach Burgund. Die Fahrt wurde durch den bewährten Reiseleiter Walter Bensch geleitet und von Gisela und Walter Schwab mit vorbereitet.

Nach einem Stop an der Autobahnkirche bei Baden-Baden, wo unser Reiseleiter deren außergewöhnliche Architektur der Gruppe nahe brachte, ging es zum nationalen Automobilmuseum Frankreichs nach Mühlhausen. Dort konnte die Gruppe Fahrzeuge von der ersten Stunde des Automobilbaues an bis hin zu sehr erstaunlichen Luxuskarossen von Bugatti bis Mercedes Benz und Rennwagen von Ferrari bis Lotus bestaunen. Bei herrlichem Sonnenschein fand hier auch das erste Picknick im Freien statt, der Gruppe wurde eine reichhaltige Auswahl leckerer Speisen und Käse angeboten. Natürlich durfte auch der sehr gute französische Wein dabei nicht fehlen. Am späten Nachmittag erreichte die Reisegruppe das Ziel, die historische Stadt Beaune, wo für einige Tage ein Hotel im Zentrum bezogen wurde. Ein gemeinsames Abendessen in einem typisch französischen Restaurant rundete den Tag ab.

Der nächste Tag stand unter dem Motto „Wein“ und führte uns erst in das historische Hotel Dieu, ein ehemals von Nonnen betreutes Krankenhaus, welches aus den Erlösen des Weinhandels finanziert wurde und heute noch in dieser Form, aber modernisiert, existiert. Als Stiftung hatte der Gründer der einst mächtige, um sein Seelenheil besorgte, Kanzler Rolin das Hotel-Dieu mit umfangreichen Weingütern bedacht. Danach begab sich die Gruppe mit Walter Bensch zu einem Weinmuseum, in dem von alten Handwerksgeräten zum Weinanbau bis hin zu verschiedenen Weinflaschen vieles zu sehen war. Nach einem stärkenden Picknick fuhr die Gruppe zum Schloss Clos de Vougeot, wo wir eine Führung in französischer Sprache, welche durch Walter Bensch in souveräner Art und Weise übersetzt wurde, genossen. Bei dieser Gelegenheit wurde die Gruppe über die Herstellung des Weines und über die Bruderschaft der „Tastevin“, die Mitglieder aus der ganzen Welt betreut und sich jährlich zur Weinverkostung in dem Schloss trifft, informiert. Der Besuch bei einem burgundischen Winzer in Nuits-Saint-Georges mit einem Gang in dessen Weinkeller und anschließender Weinverkostung schloss sich an. Ein 6-gängiges Menü rundete diesen Tag ab, der wiederum sehr informativ war.

Der folgende Tag war der Stadt Dijon gewidmet, dort besuchte die Gruppe das Museum der schönen Künste im ehemaligen Herzogspalast. In diesem Museum sind unter anderem die Grablagen der ersten zwei Herzöge Burgunds mit ihren

einzigartigen Steinmetzarbeiten zu sehen. Danach erfolgte ein kurzer Stadtspaziergang zur Kathedrale von Dijon, anschließend wurde die markante Markthalle, in der ein lebhafter Handel herrscht, besichtigt. Bei dieser Markthalle handelt es sich um eine Eisenkonstruktion, ähnlich wie die ehemaligen Markthallen von Paris. Ein großer Teil der Gruppe besuchte mit Walter Bensch die Kirche „St. Benigne“ in der eine frühromanische Krypta besichtigt werden konnte. Nach einem reichhaltigen Picknick über den Weinbergen von Burgund ging es zurück nach Beaune, wo die Altstadt durch die Gruppenmitglieder auf eigene Faust erkundet werden konnte, ehe man sich wieder zu einem gemeinsamen mehrgängigen Abendmenü traf.

Der Abreisetag führte die Gruppe über die Autobahn zur Vauban-Festung von Belfort, die die Gruppe unter der fachkundigen Führung von Walter Bensch besichtigte. Die durch Picknicks unterbrochene Rückreise brachte die Lebensretter wieder mit vielen neuen Eindrücken versehen nach Friedberg zurück.



*Walter Schwab*

## Das Jugendeinsatzteam JET stellt sich vor

Mit dem Jugend Einsatz Team „JET“ richtet wir uns an Jugendlichen im Alter von 10-17 Jahre.

Die Jugendlichen werden dazu ermutigt, neben dem Erwerb des Rettungsschwimmabzeichens in Bronze im Alter von 12 Jahren auch tiefere Einblicke in die Techniken der Rettung am und im Wasser zu erlangen.

Den Jugendlichen werden im Rahmen des JET sowohl die zuverlässige Schwimmfähigkeit als auch die Kenntnisse für die im Wasserrettungsdienst, der Allgemeine Hilfe und dem Katastrophenschutz anfallenden Aktivitäten auf verständnisvolle Art und Weise, als sinnvolle und interessante Möglichkeit gezeigt, ihr Wissen und Können für andere einzusetzen und dieses stetig zu verfeinern – der Rettungsschwimmsport bekommt dadurch eine ehrenamtliche, humanitäre Ambition.

In einer mehrjährigen betreuten Teilnahme am Wasserrettungsdienst und gerade in Verbindung mit Übungen der erwachsenen Einsatzgruppe lernen die Jugendlichen viele Seiten der DLRG kennen, und erfahren den Sinn und die Notwendigkeit eines regelmäßigen Trainings und den damit verbundenen Möglichkeiten. Mit Teamgeist und Kameradschaft erleben wir, was es bedeutet, gemeinsam Erfolg zu haben und als Mitglied einer starken Gemeinschaft anerkannt zu werden.

Durch diese Möglichkeit der Freizeitgestaltung in einer Gruppe Gleichaltriger, entsteht eine feste Bindung an die Ortsgruppe, so dass die Mitglieder motiviert werden im Anschluss

ab einem Alter von 17 Jahren für verschiedene Aufgaben der Ortsgruppe zur Verfügung zu stehen. Damit sei zum einen die Qualifikation als Rettungsschwimmer für den Wasserrettungsdienst in Schwimmbädern, an Seen und der Küste sowie die Mitarbeit im Katastrophenschutz gemeint.

Zudem besteht für die Teilnehmer die Möglichkeit am Ende ihrer Zeit im „JET“ in der Schwimm- und Rettungsschwimmausbildung im Schwimmbad oder in der Einsatzgruppe mitzuwirken und selbst weitergehende Qualifikationen als Übungsleiter im Schwimmbad oder Ausbilder im Katastrophenschutz zu durchlaufen.

Und wer lernt nicht gerne fürs Leben!

## JET Wachwochenende

Nach der regulären Wachsaison 2010 hat das Jugendeinsatzteam Anfang September in unserer Wasserrettungsstation am Niddastausee Quartier bezogen. Der Einladung waren sechs Jugendliche im Alter zwischen 10 und 14 Jahren gefolgt. Die Betreuer waren Max Hoffmann und Julius Michel. Ziel war es, den frisch gebackenen Jugendeinsatzteammitgliedern den Ablauf und das Leben auf einer echten Wasserrettungsstation an zwei Tagen näher zu bringen. Es standen also zwei Tage volles Programm an!!!

Treffpunkt war die Unterkunft in Bad Nauheim. Nachdem alle Taschen und Schlafsäcke ordentlich verstaut waren wurde die Fahrt Richtung Schotten angetreten welche nur zum Auffüllen der Essensvorräte unterbrochen wurde. Denn auch kleine Wasserretter haben großen Appetit.

Nach der Ankunft wurde erst einmal ausgiebig das Revier erkundet. Darunter fällt alles was sich hinter den Begriffen Auftreten in der Öffentlichkeit, also sowohl auf dem, die Station umgebenden Campingplatz als auch auf dem Stausee-Rundweg verbirgt. Markante Punkte, wie Seeordnung, Zuflüsse in den See, Staudamm und Slipstraße wurden vor Ort besichtigt und besprochen bis die Aufmerksamkeit nachließ.

Nun galt es jedoch, keine Müdigkeit vorzutäuschen, denn die angekündigte Wasserrettungspraxis stand an. Zur Überraschung der Betreuer scheute sich keiner der JETis vor der Wassertemperatur, die gefühlte 15°C hatte. „Wer ein Wasserretter werden will, darf nicht zittern bevor es ins Wasser geht“, lautete der Wahlspruch und so konnte das zuvor kurz an Land besprochene nass geübt werden und schließlich waren die Duschen nicht weit. Jeder Warmduscher sollte sich nach uns umsehen, denn es wurde so lange geduscht bis das heiße Wasser leer war.



Nach der mittäglichen Stärkung wurden erste Handgriffe im Umgang mit Rettungsgeräten unternommen. Es wurden verschiedene Trage- und Rettungsmethoden vorgeführt und gemeinsam geübt. Auch konnte der eine oder andere die fehlende Schutzfunktion nicht vorhandener Handschuhe an den eigenen Fingern erfahren. Pierre hatte sich beim Absetzen der Trage den Fingernagel umgebogen. Zum Glück war die ärztliche Versorgung nur von kurzer

Dauer und es stand daraufhin die Kommunikation mittels Handsprechfunkgeräten auf dem Programm, was allseits für Begeisterung sorgte. Auch oder gerade weil auf Funkdisziplin besonderen Wert gelegt wird, um eine Nachricht eindeutig, kurz und prägnant zu übermitteln, ist höchste Konzentration gefragt. Gerade am Anfang ergibt der Wortlaut nicht immer einen Sinn und führt zu den lustigsten Mitteilungen. Aber auch hierfür gilt,



Übung macht den Meister!



Skizzen zum kennen lernen der Funkrufnamen.

Bei einer nächtlichen Fackelwanderung wurden Geschichten erzählt und Faxen gemacht. So verflug die Zeit bis aus der Dunkelheit des Waldes nahe dem Stausee die mächtigen Mammutbäume in Erscheinung traten. Wieder in der Station gab es zum Aufwärmen heißen Punsch und Kakao mit Marshmallows.

Im Laufe des darauf folgenden Vormittags wurden eine Einführung in Sanitätskunde vermittelt und Erfahrungen ausgetauscht oder leichte Arbeiten wie das Gießen neuer Grundgewichte für Markierungsbojen ausgeführt. Anschließend sorgten Radstreifen um den Stausee für zusätzliche Abwechslung und Bewegung. Hier konnten die Kenntnisse am Funk mit kleinen Aufgaben umgesetzt werden. Auch galt es immer, die Station in einem einigermaßen wohnlichen Zustand zu belassen. Wozu mindestens auch der allseits beliebte Spüldienst zählt;).

Das vorläufige Fazit war durch die Bank weg positiv. Gute Laune durch Teamwork und abwechslungsreiche Tätigkeiten!

Wieder einmal konnten die Betreuer über das Wochenende ihre Kochkünste unter Beweis stellen. Was auch allgemein zur guten Stimmung beigetragen hat. Der großartige Einfall von Julius, Pizzabrötchen zu machen, bescherte uns ein erstklassiges Wettessen. In der Zwischenzeit war JOB zu uns gestoßen, um als Bootsführer für zwei Stunden zur Verfügung zu stehen. Neben dem Bootsführer fanden jeweils zwei Bootsgasten im Boot Platz. Der Bootstrupp sowie die parallel eingesetzte Radstreife konnten mit der Station und untereinander über Funk Kontakt halten. Die Trupps wechselten schließlich untereinander, damit jeder das Vergnügen haben konnte einmal auf das Boot zu kommen.

Nach dieser Übung wurde auch schon das Ende des JET-Wachwochenendes eingeläutet. Zudem musste ja die Station auch wieder auf Vordermann gebracht werden. So konnten wir nach getaner Arbeit mit zufriedenen Gesichtern die Heimreise angetreten. Trotz kleiner Wehwehchen waren alle zufrieden und bejahten einstimmig eine solche Veranstaltung bereits im nächsten Jahr zu wiederholen.



*Max Hoffmann*

## Die JETies



vlh: Julius Michel, Silvan Bielmeier, Sebastian Kube, Max Hoffmann  
vly: Pierre Lang, Thorben Grieger, Tobi Lang (es fehlt Sören Grieger)



# ***Radsport König***

Leonhardstr. 32, 61169 Friedberg  
Tel.: 06031/4767 Fax: 06031/62960

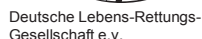
**Ihr Z E G – Fahrradfachgeschäft in der Wetterau**

Beratung, Verkauf und Fachwerkstatt von Fahrrädern, Mountainbikes, Kinderfahrzeugen,  
Elektrofahrrädern, Heimfahrrädern, Ersatzteilen, Zubehör und Bekleidung.

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. durchgehend von 9.00 Uhr – 18.00 Uhr  
Sa.: von 9.00 Uhr – 13.00 Uhr, Mi. geschlossen



Hiermit erklärt den Beitritt zur DLRG Friedberg-Bad Nauheim



|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

männlich ☐ weiblich ☐ jurist. Person ☐

Die Satzung der aufnehmenden DLRG Gliederung ist bekannt, ebenso der zu entrichtende Mitgliedsbeitrag. Im Zusammenhang mit der Mitgliedschaft stehende Daten werden zum Zweck der Mitgliederverwaltung elektronisch gespeichert. Hiermit willige ich in die Speicherung dieser Daten ein.

Hiermit willige ich in die Speicherung dieser Daten ein.

---

[illegible]

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

Hiermit ermächtige ich die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V., die jeweils fälligen Mitgliedsbeiträge für mich und meine Familienangehörigen von meinem nachstehend bezeichneten Konto einzuziehen.  
Wenn mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Diese Ermächtigung kann ich jederzeit widerrufen.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# DLRG Strömungsretter Teil 2

## *Erfahrungsbericht vom Truppführer Lehrgang Strömungsrettung*

Vom 15.10. - 17.10.2010 fand vom LV-Hessen in der Schulungsstätte Mainz-Kastel der Lehrgang Strömungsretter 2 Katastrophenschutz statt. Dieser Lehrgang wurde von Henning Bartels und Julius Michel besucht.

Strömungsretter werden speziell für die Rettung aus schnell fließenden Gewässern (Hochwasser, Wildwasser, Flussrettung) ausgebildet. Sie werden bei der Rettung und Evakuierungen aus unzugänglichen Überschwemmungsgebieten (nicht zugänglich mittels Boot und Hubschrauber) eingesetzt. Ebenso werden sie zur Absicherung eingesetzt, um verunfallte Helfer aus dem Wasser zu retten.

Ausbildung zum SR2 beinhaltet neben der Erweiterung der Kenntnisse in der Seiltechnik das nötige Fachwissen, um einen Strömungsrettertrupp zu führen und notwendige Gefahrenbeurteilungen durchzuführen

In der Theorie wurden noch mal physikalische Grundlagen von Seiltechniken, darunter Seilbahnen, das Abseilen einer Schaufeltrage sowie Knotentechniken geübt. Wichtige Knoten wurden theoretisch und praktisch wiederholt.

Anschließend wurden Planspiele vorgenommen, um z.B. verletzte Personen aus überfluteten Häusern sowie aus strömenden Gewässern zu retten.

Nachdem der „trockene“ Lernstoff erfolgreich absolviert war, ging es zur Praxis.





Auf einem Spielplatz um die Ecke wurden Seilbahnen mittels „no knot“-technik (keine Knoten) aufgebaut. Das erfolgreiche Hin- und Herfahren mit der Seilbahn führte zu einem neuen Übungsszenario.

Das Kinderklettergerüst wurde als „Überflutetes Haus“ in einem Katastrophengebiet angenommen. Man konnte lediglich über das Fenster im 1. Stock einsteigen sowie die verletzte Person, welche ein Bein gebrochen hatte, transportieren. Dazu mussten erstmals 3 Helfer mittels „Räuberleiter“ in den 1. Stock gelangen und durch Seiltechnik die Schleifkorbtrage abseilfertig vorbereiten.

Nachdem das System stand, konnte der Patient abgelassen werden.

Da Strömungsretter ja auch im Wasser tätig sind, ging es nun ins kalte Nass. Im Rhein wurde mittels kleinen Schlauchbooten das „raften“ gelehrt (da uns leider kein DLRG-Raft zur Verfügung stand).

Nachdem jeder Trupp das Antreiben sowie Führen eines Rafts auf dem Rhein nass durchlebt hatte, ging es mit den Autos an die Wachstation Schierstein, um dort an der Fußgängerbrücke das Abseilen auf dem Trockenen sowie ins Wasser und das Aufbauen eines Abseilsystems mit Schleifkorbtrage nochmals in

geeigneter Höhe zu üben.

Nachdem jeder die Abseilstrecke gemeistert und die Trage beim Ablassen begleitet hatte, wurde das Quersteigen am Außengeländer einer Brücke mittels Sicherung geübt. Nach einem anstrengenden Tag ging es zum Abendessen wieder nach Mainz-Kastel.

Am nächsten Morgen wurde früh aufgestanden und nach einem ergiebigen Frühstück in die kalten und nassen Anzüge geschlüpft. In Mainz-Kastel wurde im Rhein auf einem Stück von 800m das übergreifende Absuchen von 3 Trupps am Ufer geübt. Dazu schwimmt ein Trupp los und sucht das Ufer ab, stoppt nach 100m und der nächste Trupp schwimmt 200m und stoppt. Der 3te und letzte Trupp schwimmt 300m und sucht ab, danach startet wieder der 1te Trupp.

Somit hat man eine 3fach-Redundanz des Absuchens hergestellt.

Nachdem sich alle mit einem heißen Tee gewärmt hatten, ging es zur Abschlussübung. Die Aufteilung in zwei SRT-Trupps und einen Raft-Trupp wurde vorgenommen.

Die Einsatzlage war:

Auf der Flussinsel „Rettbergsau“ zwei vermisste Personen.

Schnell wurden die zwei SRT-Trupps mit den Booten zur Insel gefahren und im Wasser abgesetzt. Der Raft-Trupp wurde bis zur Insel geschleppt und anschließend abgesetzt. Die Insel wurde rechts und links der Bucht Wasser- und Landseitig abgesucht. Als endlich beide Patienten mittels Spineboard und Raft an die Boote übergeben wurden, war das Übungsszenario abgeschlossen.

Der Lehrgang war erfolgreich und durch die stark zusammenhaltende Gruppe wurden selbst schwierige Aufgaben zusammen gemeistert. Es machte viel Spaß, neue Seiltechniken zu lernen, um diese in späteren Einsätzen anwenden zu können.

*Julius Michel*

**KRAUPATZ**  
SPEDITION, BALLON-SHOP + GASE

**Gase-Service:**

- technische Gase
- medizinische Gase
- Propangas und  
Staplergas
- Kohlensäure
- Schwimmbadchemie

**... Spedition**

- die ganze Welt  
der Logistik
- Wir geben für  
Sie Gas!

**... Ballons**

- für alle  
Gelegenheiten,  
auch wunsch-  
bedruckt!
- Ballongas
- Zubehör

**... fragen Sie  
uns einfach!**

**Wir beraten Sie gern!**

**Kraupatz GmbH · Gartenstraße 5 · 35516 Münzenberg-Gambach**  
**E-Mail: [info@kraupatz.de](mailto:info@kraupatz.de)**  
**Internet: [www.kraupatz.de](http://www.kraupatz.de)** **Tel.: 06033/60700**

# Mockohula 2010

Noch länger! Noch kälter!

Mockohula war auch 2010 eine Enttäuschung. Wieder keine endlosen Sandstrände, wieder keine Schirmchendrinks unter Palmen und wieder keine braungebrannten Mockohulamädels. Der Name ist hier nicht Programm. Aber das soll er auch gar nicht sein. Bei Mockohula handelt es sich nämlich um ein Übungsszenario für mehrtägige Einsätze im Katastrophenschutz, erstmalig ins Leben gerufen im April 2008. Was damals noch als 24-Stunden-Übung für unsere Einsatzgruppe begann, wurde im Oktober 2009 zu einer Übung für den kompletten ersten Wasserrettungszug ausgeweitet. Dieses Jahr gab es dann nochmals eine Steigerung. Die Übung sollte über insgesamt drei Tage gehen, von Freitagabend bis Sonntagnachmittag. Geplant wurde das Ganze wieder von unserem Kameraden Philipp Michel, der diesmal mit einigen Problemen zu kämpfen hatte. Erst sagte die Ortsgruppe Butzbach ihre Teilnahme komplett ab und dann auch noch das RUND-Team. RUND steht dabei für Realistische Unfall- und Notfalldarstellung, also die Leute, die professionell die Opfer unserer Katastrophe mimen sollten. Das wog natürlich schwer und machte einiges an Improvisation notwendig.



Am Freitag, dem 22. Oktober setzte sich dann ein aus vier Gespannen bestehender Marschverband in Richtung der ersten, durch Übungsleiter Philipp vorgegebenen Zielkoordinate in Bewegung. Unsere Einsatzgruppe rückte mit allem aus, was wir haben. Alle vier Fahrzeuge, der VW-Bus, der Transit, der Gerätewagen Wasserrettung und der Tauchwagen. Mit dabei waren auch fast alle unsere Boote, die Wetterau III und VI, die Friedberg I und unser neuer Anhänger als Lastesel. Leider kamen wir für diese Armada nur auf zehn Leute Besatzung. Unser Ziel war ein einsamer Parkplatz an einer einsamen Bahnlinie in der Nähe von Grund-Schwalheim, wo die Kameraden von der Ortsgruppe Nidda unter der Leitung von Michael Riesbeck sich die Wartezeit löblicherweise damit vertrieben hatten, Tee zu kochen. Die OG Nidda verstärkte unseren Verband nochmals um zwei Fahrzeuge und zwei Boote. Unsere alte Wetterau IV und das Hochwasserrettungsboot HoWaReBo.



Am Treffpunkt erhielten wir die nächsten Koordinaten, die Kameraden Stefan und Annkathrin ermittelten den dazugehörigen Ort. Schon ging es weiter durch den mittlerweile richtig finsternen Vogelsberg. Ein Bahnübergang teilte den Marschverband kurzzeitig. Es wurde geflachst, der als Übungslage geplante Selbstmörder sei

versehentlich hinter den Zug gesprungen. Oder es handle sich um einen Mitarbeiter der Bahn, der sich verspätet hatte. Schließlich biegt der Verband in einen Feldweg ein. Hier geht es plötzlich nicht weiter, weil ein Hindernis den Weg blockiert, welches nicht zu beseitigen ist. Dies ist nun die erste tatsächliche Übungslage und die erste Aufgabe für Zugführer Thomas König. Was tun? Der ganze Verband muss umkehren. Das ist leichter gesagt als getan. Der Feldweg ist nur ein Fahrzeug breit und rechts und links sind nur Wiesen und Gebüsch. Über eine nasse Wiese zu fahren birgt das Risiko des Steckenbleibens für nicht geländegängige Fahrzeuge. Der Gerätewagen Wasserrettung sorgte für die Beleuchtung, dann mussten alle Gespanne, auf dem engen Feldweg soweit zurücksetzen, bis eine Wendemöglichkeit bestand. Eine gute Übung für die Kraftfahrer. Danach setzten wir unsere Fahrt fort. Natürlich haben wir Mockohula irgendwann erreicht. Mockohula liegt leider nicht in der Südsee sondern ist der Codename für den Niddastausee nebst zugehörigem Campingplatz im allseits bekannten Örtchen Schotten. Dort schlugen wir unser Lager für die nächsten zwei Tage auf. Ein Küchenzelt und ein Schlafzelt wurden aufgebaut, Strom lieferte unsere Wachstation. Danach, es war inzwischen gegen Mitternacht, gab es erst mal Abendessen.

Nach dem Essen wurde noch eine kurze Übung durchgeführt. Zwei Boote wurden am Ende der Slipstraße zu Wasser gebracht, mit jeweils fünf Mann Besatzung, Stechpaddeln, einer Wurfleine und einer Trage versehen und dann ging es mit Muskelkraft auf die andere Seite. Dabei war etwas Koordination gefragt. Die Boote hatten einen leichten Hang sich zu drehen, wenn auf einer Seite zu stark gepaddelt wurde. Zugführer Thomas schaffte es sogar, sein Paddel abzubrechen. Welch unbändige Kraft. Auf der anderen Seite wurde ein Patient auf die Trage gepackt und ein Stück um den See zurück geschleppt. Danach war Nachtruhe angesetzt.

Auf den Booten hatte sich schon Reif und Eis gebildet und uns erwartete eine sternklare, eisige Nacht bei minus 4 °C. Geschlafen wurde im Zelt auf Feldbetten mit Schlafsack und Isomatte. Wohl dem, der einen ausreichend kältetauglichen Schlafsack dabei hatte. Nur Weicheier durften in die Station.

Am anderen Morgen nach dem Wecken gab es dann auch Flüche. „Verdammt war das Sch....kalt hier!“ „Nächstes Jahr können mich die Mockohulukken mal am A... lecken!“ Trotzdem, ab in die eisigen Klamotten und erst mal Frühstück.

Danach folgte eine kombinierte Slipp- und Rettungsübung mit allen Booten. Die Boote wurden der Reihe nach zu Wasser gebracht, also geslippt, dann wurde eine Boje umrundet, mal wieder unser Freund Peter gerettet (Nein, ich erkläre jetzt nicht noch mal, wer das ist.) und zurück an die Slippstraße gebracht. Da der See wenig Wasser führte, war es manchmal schwierig, die Boote ins und vor allem wieder aus dem Wasser zu kriegen.

Nach dem Mittagessen ging es ab in den Wald. Hier standen Übungen mit Seilwinde und Seiltechniken auf dem Programm. Wie ziehe ich ein festgefahrenes Fahrzeug aus dem Dreck? Dazu nimmt man die Seilwinde im Gerätwagen, lenkt das Drahtseil mit einer mittels Bandschlingen an einem Baum befestigten Umlenkrolle um und hakt das andere Ende am festgefahrenen Fahrzeug ein. In der Zwischenzeit hatten die Kameraden Jens und Julius eine Seilbrücke aufgebaut. Auf einem schwankenden Seil stehend, sich an einem ebenfalls schwankenden Seil festhaltend, natürlich von einem dritten Seil gesichert durfte jeder mal versuchen einen Graben zu überqueren. Der Trick dabei war sich nach vorne zu lehnen und nicht nach hinten. Auch unsere erste Vorsitzende Marlies hat diese Übung mit Bravour gemeistert.

## **G.T. Giuseppe Tizza**

**Kfz. Meisterbetrieb**

---

-  **Inspektionen**
-  **Reparaturen aller Art**
-  **TÜV-Abnahme**
-  **AU**
-  **Unfallreparaturen**
-  **Restaurationen**
-  **Tuning**



**Raiffeisenstr. 4**  
**61191 Ober Rosbach**  
**(Gewerbegebiet)**  
**Tel.: 06003 - 92636**  
**Fax: 06003 - 935281**  
**Mobil: 0163 - 6392636**

Danach galt es ein Boot an einer ungewöhnlichen Stelle zu slippen, nämlich an einem steilen Hang, wo man mit dem Auto nicht herunterkommt. Wieder kam der Gerätewagen mit der Seilwinde zum Einsatz. Diesmal diente der Abschlepphaken des VW-Busses als Umlenkpunkt. An dieser Konstruktion wurde der Trailer mit der Friedberg I langsam Richtung Wasser abgelassen.



Leider haben wir uns dabei in der Entfernung verschätzt. Das Stahlseil war zu kurz und musste verlängert werden. So landete die Friedberg I dann doch noch glücklich im Wasser.





Nach dem Abendessen wurde es dann ernst. Schluss mit lustig, jetzt folgten die richtigen Übungseinsätze. Das komplette RUND-Team hatte zwar sehr kurzfristig abgesagt, wurde aber durch die Familie Heitkamp würdig vertreten. Außerdem erhielt unser Wasserrettungszug Verstärkung durch die Berufssanitäter der Fa. MFS Krankentransport, dem Arbeitgeber des Kameraden Markus Kretschi, die mit eigenem Bus angereist waren. Jetzt war Eile gefragt. Einsatzauftrag für die Kameraden Doc Michael, Annkathrin und Gerhard: Vermisste Personen auf der anderen Seite des Stausees, hier des Flusses Bambu. Sofort das Boot Friedberg I ins Wasser bringen und das gegenüberliegende Ufer absuchen. Slippen bei Dunkelheit hat so seine Tücken, vor allem wenn man es eilig hat. Erst verhakte sich das Boot auf dem Trailer, dann wollte der Motor nicht anspringen. Als Annkathrin und Gerhard dann endlich auf Kurs waren, wurden sie gleich wieder zurück gerufen, um noch zwei Sanitäter von MFS aufzunehmen. Gemeinsam machten wir uns dann auf die Suche. Nach einiger Zeit wurden wir fündig. Jemand rief am Ufer um Hilfe. Dort hatte ein kleines Saufgelage stattgefunden und eine Person war gestürzt und hatte sich das Bein gebrochen. Schnell stellten die Sanitäter die Erstversorgung sicher, doch dann musste der Patient so schnell wie möglich mit dem Boot abtransportiert werden. Wir schippten ihn sicher ans andere Ufer, wo er von weiteren Kameraden von MFS übernommen wurde. In der Zwischenzeit war auch ein anderer Patient irgendwo in Mokohula gefunden und fachmännisch versorgt worden und so endete diese Übung.

Die folgende Nacht war zwar schon bedeutend wärmer aber auch sehr kurz. Wecken um ca. 03:30 Uhr, ab ins Nachbardorf, um vermisste Personen zu retten, die wahrscheinlich wieder mal betrunken waren. Der Voraustrupp im Gerätewagen war dabei so schnell vor Ort, dass er die Übungsleitung beim Verstecken von Peter überraschte. Die Suche nach den Vermissten erfolgte an einem sehr schmalen, stark verwachsenen Bachlauf, oder so ähnlich. Diese Übung ist irgendwie an mir vorbei gegangen. Nach dem anschließenden Frühstück brachen wir unser Lager ab und verlegten den Zug nebst Sanitätern im Marschverband nach Inheiden. An der Zufahrt zum Inheidener See standen wir vor einem Problem. Die Schranke war zu. Zum Glück nahte Hilfe in Form einer betrunkenen Person, die uns im Auto entgegenfuhr. Unser Zugführer ließ die Person durch die Sanitäter versorgen, beschlagnahmte das Auto und benutzte es kurzerhand als Öffner für die Schranke, indem er sich so davor stellte, dass der Mechanismus zum Öffnen betätigt wurde. Cleveres Kerlchen unser Zugführer. Auch konnte er dem Besoffski einige Informationen entlocken. Wieder wurden einige Personen rund um den See vermisst. Unterkühlt, unterzuckert, betrunken und verletzt. Was man halt so hat, wenn man nachts oder früh am Morgen um einen See fällt. Zu Land und zu Wasser machten wir uns auf die Suche nach unseren Patienten und konnten alle retten. Danach war die Katastrophenschutzübung Mockohula 2010 offiziell beendet. Nach einer kurzen

Nachbesprechung traten alle Teileinheiten den Heimweg an. Wir machten uns wieder auf den Weg in unsere Gerätehalle nach Bad Nauheim. Nachdem Boote, Fahrzeuge, Zelte und sonstiges Material aufgeklart waren gönnten wir uns noch ein saftiges Steak vom Grill, bevor alle, reich an neuen Erfahrungen, nach Hause fuhren.

Obwohl wir wesentlich weniger Leute waren als gerechnet, auch die Sanitäter von MFS hatten einige Ausfälle zu verkraften, und uns die RUNDIs komplett im Stich gelassen hatten, ist die Übung gut verlaufen. Philipps mörderischer Zeitplan konnte aber beim besten Willen nicht eingehalten werden. Die Improvisation hat aber hervorragend funktioniert. Und wenn auch nicht alles hundertprozentig hingehauen hat, so weiß doch jetzt jeder, wo er sich noch verbessern muss.



Gerhard Rudzok

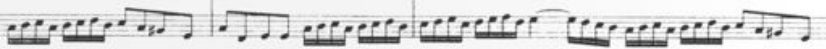
# Piano Palme

Klavierbau - Meisterbetrieb

Neue und gebrauchte Klaviere und Flügel



|              |             |
|--------------|-------------|
| Beratung     | Reparaturen |
| Vermietungen | Stimmungen  |
| Service      | Transporte  |



Plano Palme   Pfingstbrunnenstraße 1   61169 Friedberg / Ockstadt  
Tel.: 06031 / 92576   Internet: [www.piano-palme.de](http://www.piano-palme.de)  
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9:00 bis 18:00, Samstag 10:00 bis 14:00

# Mockohula Teil 1

## 44h Übungsübung des 1. Wasserrettungszuges „Wetterau“

Aller guten Dinge sind drei. Daher wurde unser imaginäres Übungsgebiet „Mockohula“ dieses Jahr zum dritten Mal von schweren Erdbeben und Überschwemmungen heimgesucht. Doch wieder einmal stand der 1. Wasserrettungszug „Wetterau“ bereit um den heldenhaften Übungseinsatz durchzuführen. Eigentlich stand nur der 1. Wasserrettungshalbzug bereit, da aus verschiedenen Gründen nur ein Teil der Helfer zu Verfügung stand. Nicht nur die Personallage der übenden Truppe war extrem angespannt, auch bei den Darstellern gab es bereits im Vorfeld große Probleme.

Bereits auf der Anfahrt in das Übungsgebiet wurden unsere Wasserretter in die erste Falle gelockt. Irgendwo im Grenzland hinter Ulfa war doch tatsächlich die Marschroute versperrt und der ganze Zug musste im Stockdunkeln wenden.

Trotz der fortgeschrittenen Stunde wurde am Schottener Stausee noch eine schöne Bootstour durchgeführt. Ohne Motor! Mit anschließendem Verletzten-transport.

Nachdem dann um 04:00 morgens (es wurde langsam wieder hell) die letzten Helfer ins Bett gehen konnten, begann um 08:00 der erste Ausbildungspunkt am Samstag: Ich stehe am See und ein ganzer Wasserrettungszug will ins Wasser. Bei einer solchen Aktion ist Koordination gefragt, um einen reibungslosen Ablauf sicherzustellen. Anschließend wurden andere realitätsnahe Ausbildungsinhalte absolviert: Trailern an Steilufern mit Seilwinde und Seilzug. Bergen von festgefahrenen Fahrzeugen und überwinden von Geländehindernissen mit Seilbrücken.

Nach einem diesmal ausgiebigen Abendessen begann gegen 20:00 das erste gemeinsame Übungsszenario mit den Kameraden vom MFS, einem privaten Rettungsdienst, die auf eigenen Wunsch an unserer Übung teilnahmen. Zwei verschiedene Übungslagen mussten von den Helfern absolviert werden. Am Niddazulauf war ein Reisdieb durch Selbstjustiz von der Brücke ins Wasser gestoßen worden, nachdem er dem Besitzer des Reises mehrere Verletzungen in einer Messerstecherei zugeführt hatte. Außerdem musste auf dem jenseitigen Ufer ein Pärchen gerettet werden. Er hatte sich ein Bein gebrochen, beide waren stark unterkühlt.

Bei den Übungslagen zeigte sich dann, wie sich der Personalmangel auf die Einsatzbereitschaft auswirkte. Während die Strömungsretter sich um die beiden Messerstecher kümmerten, stand für die Rettung des Pärchens lediglich ein Boot zur Verfügung, welches auch noch eingesetzt werden musste, um die Sanitäter vom MFS zu transportieren.

Nach einer kurzen Nacht wurde der Zug exakt um 03:24 nach Rainrod alarmiert, wo zwei Personen in die Nidda gestürzt waren. Außerdem hatte sich ein Betrunkener an den Scherben seines Bierglases geschnitten. Obwohl sich die Müdigkeit bei den Helfern bemerkbar machte, waren bereits nach kurzer Zeit Helfer vor Ort, die die Rettung einleiteten. Anschließend wurden die Patienten an den MFS gegeben, die somit das große Vergnügen hatten, zwei ebenso betrunken wie begnadete Sänger in ihrem Ambulanzbus zu beherbergen.

Um die Einsatzbereitschaft zur nächsten Übungseinlage sicherzustellen begaben sich die Helfer nun nicht mehr ins Bett, sondern begannen direkt mit dem Abbau des Lagers. Dies geschah recht zügig und so stand der Zug nach einem ordentlichen Frühstück um 08:00 in Inheiden am See bereit.

Dort waren 5 verletzte Personen am und im Wasser verteilt. Trotz des Schlafentzuges saßen die Handgriffe bei unseren Helfern und nach 1,5 Stunden war die Übungslage vollständig gelöst.

Das diesjährige Programm war um einiges straffer aufgebaut als das der vorigen Jahre. Da nur 14 Helfer anwesend waren, wurde von jedem einzelnen mehr gefordert als geplant. Durch die hohe Motivation der Helfer konnte daher dennoch ein Großteil der Ausbildungs- und Übungsziele erreicht werden. Natürlich wurden auch einige Mängel festgestellt, die in nachfolgenden Ausbildungen abgestellt werden müssen. Alles in allem haben sich die anwesenden Helfer sehr gut präsentiert.

Besonders möchte ich mich bei allen bedanken, die mir bei der Vorbereitung der Übung geholfen haben. Auch bei allen eingesetzten Helfern die es durchgezogen haben und natürlich bei den mehr als spontan eingesprungenen Darstellern!



*Philipp Michel*

## Vorschau auf die Mehrtagesfahrt im September 2011

Im nächsten Jahr bietet die Ortsgruppe eine Mehrtagesfahrt nach Österreich, in das Zillertal nach Mayrhofen an.

Die Fahrt wird im September von Sonntag, den 18.09. bis Sonntag, den 25.09.2011 durchgeführt.

Die Woche beginnt mit der Besichtigung des Sägewerks „Feuerwerk“ in Fügen und nach der Weiterfahrt nach Hintertux mit einer Bergfahrt dank Bergbahn zur Sommerbergalm in 2100 m Höhe.

Durch die Woche führt das Programm zum Besuch einer Schausennerei mit anschließender Käseverkostung. Weiterhin wird auf der Fahrt nach Pertisau zu einer Schiffsfahrt über den Achensee, in Brixlegg die Kerzenmanufaktur besucht. Auf der Rückfahrt zum Hotel ist während eines Halts in Pill ein Schnapsseminar im Museum Plankenhof geplant.

Ebenso ist eine Rundfahrt entlang den Kitzbühler Alpen, Zillertaler Alpen und den Hohen Tauern, zum Gerlospass und zu den Krimmler Wasserfällen beabsichtigt. Gelegenheit für einen Spaziergang zu den Wasserfällen und Gelegenheit für einen kleinen Imbiss wird geboten. Die selbständige Besichtigung von Mayhofen oder die Nutzung des Hotel eigenen Wellnessbereiches ist ebenfalls in der Planung berücksichtigt.

In dem scharf kalkulierten Preis von 590,00 /Person sind die Fahrt im modernen Reisebus mit Toilette, Kühlschrank, Bordküche und Klimaanlage, 7 Übernachtungen im „Hotel Neue Post“, Zimmer mit Dusche/WC, Frühstücksbüffet und die Halbpension am Abend, Nutzung von Hallenbad und der Sauna enthalten. Weiterhin ist in dem Preis enthalten Schausennerei mit Käseteller, Schiffsfahrt auf dem Achensee, Schnapsmuseum Plankenhof, Holzsägewerk „Feuerwerk“, Stadtführung Innsbruck, Swarovski Kristallwelten, Hintertuxer Bergbahn zur Sommerbergalm, Krimmler Wasserfälle, Führung Schlegeisspeicher, Busfahrt zum Schlegeisspeicher, Mautgebühr Schlegeisspeicher und Gerlospaßstraße.

Der Einzelzimmerzuschlag für die gesamten Tage beträgt 60,00 .

# **Alles was wir tun, tun wir ehrenamtlich!**

Nach Schule, Ausbildung oder Job – wenn andere Feierabend haben – machen wir weiter. Für Sie!

- Wir bringen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen das Schwimmen bei.
- Wir trainieren die, die schon schwimmen können, um ihre Fähigkeiten zu festigen und Sie so sicher am und im Wasser zu machen.
- Wir bilden Jugendliche und Erwachsene zu Rettungsschwimmern aus.
- Wir schulen interessierte Menschen im Wissen um die erste Hilfe und unsere aktiven Helfer zu Sanitätshelfern und darüber hinaus.
- In den Sommermonaten besetzen wir unsere Wasserrettungsstation am Niddastausee an den Wochenenden. Bis zu 6 Wasserretter sorgen dann für die Sicherheit am und im Wasser und im gesamten Seegebiet als „First Responder“. Dazu steht Ihnen neben einem Motorrettungsboot auch ein Einsatzfahrzeug und moderne Kommunikationstechnik zur Verfügung. Die Rettungsschwimmer haben mindestens eine Ausbildung zum Rettungsschwimmer Silber absolviert, viele aber auch weitergehende Lehrgänge z.B. zum Wasserretter, als Sanitäter oder als Bootsführer.

Viele Mitglieder sind regelmäßig im WRD an Nord- und Ostsee eingesetzt. Seit Anfang der 90er gehört Lübeck-Travemünde zu den beliebtesten Wachgebieten und so manche enge Freundschaft zwischen den Mitgliedern ist dort entstanden.

Um das alles zu schaffen, brauchen wir viele Freiwillige, die Verantwortung in ihrer Freizeit übernehmen. Darüber hinaus die Möglichkeit, notwendiges Material zu beschaffen und damit verbundene Kosten zu decken. Diese finanzieren wir durch unsere Mitgliedsbeiträge und durch Spenden!

**... und wo bist Du???**

## **DLRG-Mitarbeit ist ehrenamtlich!**

Geld ist also bei uns nicht zu verdienen. Unser Lohn ist der Dank derer, denen wir zur Hilfe eilten oder helfen konnten, ein angestrebtes Ausbildungsziel zu erreichen. Arbeit gibt es mehr als genug. Je mehr aktive Helfer sich diese Arbeit also teilen desto weniger müssen Kinder, Partner und Freunde auf ihre Liebsten verzichten, die Woche für Woche, Monat für Monat, Jahr für Jahr im Namen der DLRG tätig sind.

# Wir gratulieren herzlich

## zur Geburt

von Constantin

Ramona und Thomas König am 13.05.2010

von Merle

Anja und Sven Janssen am 15.06.2010

von Dominik

Anne Kathrin und Stefan Lux am 22.07.2010

von Mila Katharina

Monika Njegac und Heiko Wagner am 28.08.2010

von Marie

Natascha und Frank Müller am 07.09.2010

## zur Hochzeit

Anne Kathrin und Stefan Lux (geb. Wübbels) am 14.05.2010



und

Simone (geb. Prenzler) und Joachim Sandt am 27.08.2010



## Unsere Trainingszeiten

### Montag

|             |                                                                                                                                       |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | <b>17.00 – 18.00 Uhr</b>                                                                                                              |
| Außenbecken | <b>Anfängerschwimmkurs</b><br>Übungsleiterinnen: Marlies Krell-Moder, Gaby Grieger,<br>Heide Skrock-Lux                               |
| Längsbahn   | <b>18.00 - 19.00 Uhr</b>                                                                                                              |
| 5           | <b>DJSA Bronze</b><br>Übungsleiter: Thomas Mahr                                                                                       |
| 6           | <b>DJSA Silber</b><br>Übungsleiterin: Carolina Buchert                                                                                |
| 7           | <b>DJSA Gold</b><br>Übungsleiterin: Sarah Ehrenberg                                                                                   |
| 8           | <b>JUNIORRETTET</b><br>Übungsleiterin: Leona Montue                                                                                   |
| Außenbecken | <b>Teil I</b> Übungsleiterin: Heide Skrock-Lux<br><b>Teil II</b> Übungsleiterin: Marlies Krell-Moder                                  |
| Badebrunnen | <b>Anfängerschwimmkurs</b><br>Übungsleiterinnen: Stefanie Duch, Gaby Grieger,<br>Jessyca Antkowiak,                                   |
|             | <b>19.00 – 20.00 Uhr</b>                                                                                                              |
| Außenbecken | <b>Schwimmkurs für Frauen</b><br>Übungsleiterin: Marlies Krell-Moder                                                                  |
| Querbahn    | <b>20.00 - 21.00 Uhr</b>                                                                                                              |
| 1-4         | <b>Jedermannschwimmen – die Schwimmstunde für die ganze Familie</b> Übungsleiter: Dieter Olthoff, Manfred Leonhard,<br>Erich Hoffmann |

### Dienstag

|           |                                                                               |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Längsbahn | <b>20.15 – 21.15 Uhr</b>                                                      |
| 4         | <b>Ausbildung zum Schnorcheltauchen</b><br>Übungsleiter: Stefan Arnold        |
| Querbahn  | <b>21.15 - 22.15 Uhr</b>                                                      |
| 2-3       | <b>Konditionstraining für Rettungsschwimmer</b><br>Übungsleiter: Sven Janssen |

### Donnerstag

|                                              |                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Außenbecken<br>Badebrunnen<br>Querbahn 1 - 7 | <b>21.00- -22.30 Uhr</b><br><b>Frauenschwimmen – das Angebot für Frauen in allen Altersgruppen</b><br>Übungsleiterin: Marlies Krell-Moder |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Freitag

|           |                                                                 |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|
| Längsbahn | <b>20.15 – 21.15 Uhr</b>                                        |
| 7-8       | <b>Rettungsschwimmausbildung</b><br>Übungsleiter: Stefan Arnold |





# Veranstaltungen 2011

|                     |                                                                             |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 06.12.2010          | Der Nikolaus kommt ins Schwimmbad                                           |
| 08.03.2011          | Faschingsumzug in Friedberg                                                 |
| 12.02.2011          | <b>Jahreshauptversammlung</b><br>um 17.00 Uhr, Stadthalle Friedberg, Saal 3 |
| 01.05.2011          | Aktionstag Jugend                                                           |
| 02. – 05.06.2011    | Jugendfreizeit                                                              |
| 11.06.2011          | Aktionstag Schwimmen im Usa-Wellenbad                                       |
| 25.06. – 28.08.2011 | Wachseason Schotten                                                         |
| 28.08.2011          | Aktionstag der Einsatzgruppe Schotten                                       |
| 18. – 25.09.2011    | Erwachsenenfahrt ins Zillertal                                              |
| 19.11.2011          | Große Saisonabschlussfeier Skiclubheim                                      |
| 05.12.2011          | Der Nikolaus kommt                                                          |

## Impressum

Herausgeber: DLRG Ortsgruppe Friedberg-Bad Nauheim  
Leonhardstraße 32  
61169 Friedberg

Redaktion: Max Hoffmann  
Öffentlichkeitsarbeit

Druck: Wetterauer Druckerei und Verlag  
Am Kindergarten 1  
61169 Friedberg

1. Auflage 700 Exemplare

Alle Beiträge sind urheberrechtlich geschützt und geben ausschließlich die Meinung ihres Verfassers wieder. Diese muss nicht mit der des Vorstandes und der Redaktion übereinstimmen. Die Weiterverwendung der Inhalte, auch auszugsweise, bedarf der Genehmigung des Herausgebers.

## **Ansprechpartner und Adressen**

Erste Vorsitzende: Marlies Krell-Moder, Im Mühlfeld 67,  
61169 Friedberg  
Tel: 0171/3500506  
e-mail: 1VOR@Friedberg-Bad-Nauheim.dlrg.de

Zweiter Vorsitzender Heinz Arnold, Frankfurt Straße 22,  
61206 Wöllstadt  
Tel: 06034/4270  
e-mail: 2VOR@Friedberg-Bad-Nauheim.dlrg.de

Einsatzdienste: Jens Bothe, Bruchenbrücker Straße 29a,  
61194 Niddatal  
Tel: 0177/6102977  
e-mail: TLE@Friedberg-Bad-Nauheim.dlrg.de

Schwimmbaddienste: Thomas Mahr, Burgallee 20,  
61231 Bad Nauheim  
Tel: 0171/71176624  
e-mail: TLS@Friedberg-Bad-Nauheim.dlrg.de

Geschäftsstelle: Leonhardstraße 32, 61169 Friedberg  
Tel: 06031/166205  
Fax: 06031/166206  
e-mail: info@Friedberg-Bad-Nauheim.dlrg.de  
<http://www.friedberg-bad-nauheim.dlrg.de>

Öffnungszeiten: Samstag von 9:30 – 12:00 Uhr

Bankverbindung: **Für Spenden und Mitgliedsbeiträge**

**DLRG Friedberg-Bad Nauheim e.V.**  
**Kto.: 84 208 108**  
**Volksbank Mittelhessen**  
**Blz.: 513 900 00**

# Herzlichen Dank allen Sponsoren !!!

Apotheke am Bahnhof Friedberg

Dr. Pilz Allgemeinmedizin Gemeinschaftspraxis

Dr. Westerfeld Zahnarztpraxis

Fleischerei Herold

Jessyka Antkowiak Steuerberaterin

Kraupatz Spedition-Gase

Lisa Parfum-Kosmetik

Mayer-Reisen

Ovag-Energie

Radsport König

Stadtwerke Friedberg

