

# DLRG - Jugend Gerbrunn

## NEWSLETTER

*gerbrunn.dlrg-jugend.de*

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Seit unserer letzten Ausgabe des Newsletters ist wieder einige Zeit vergangen. Im Rahmen der aktuellen Regelungen und Beschränkungen konnten wir die warmen und sonnigen Tage des vergangenen Sommers, aber auch die Zeit daheim nutzen, um euch viel zu bieten: gleich zwei Jugendübungen hielten wir am Main ab. Wir organisierten einen Online-Spieleabend, brachten unsere Internetseite auf den neuesten Stand und entwickelten eine App, einerseits zum Lernen, aber auch zum trainieren zuhause. Auch im Wachdienst an der Küste waren wir dieses Jahr aktiv – neun Rettungsschwimmer absolvierten für insgesamt 31 Tage ihren Dienst an den Stränden der Nord- und Ostsee.

Wir freuen uns darauf, auch im Herbst Aktivitäten wie z.B. eine Nachtwanderung an Halloween oder eine Aktion zum Nikolaus durchführen zu können!

Bleibt gesund!

Impressum Newsletter DLRG-Jugend  
Gerbrunn

Herausgabe und Redaktion:

DLRG-Jugend Ortsverband Gerbrunn  
Postfach 1249  
97216 Gerbrunn

Fotos: DLRG Jugend Gerbrunn

Verantwortlich: Tobias Pérez Rehn

Email: [tobias.perezrehn@gerbrunn.dlrg-jugend.de](mailto:tobias.perezrehn@gerbrunn.dlrg-jugend.de)

## Kommende Termine

5.12.2020 Nikolaus

---

### *Nikolaus-Wanderung*

"Bald ist Nikolausabend da!" Der Nikolaus kommt und hat eine kleine Überraschung für dich dabei! Komm auch du! Wenn du jünger als 6 Jahre alt bist, dann bringe deine Eltern mit, ansonsten kannst du auch alleine kommen. Es findet am Samstag, den 05. Dezember, an der Gerbrunner Wache (Gieshügeler Str. 79) von 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr statt.



## Schwimmtrainig

Endlich wieder Schwimmtraining!!!

Wir trainieren jetzt jede Woche im Nordbad in der Lindleinsmühle, dienstags von 18:30 bis 21:30 Uhr und mittwochs von 19:00 bis 21:30 Uhr.



Leider ist das Gerbrunner Schwimmbad noch auf unbekannte Zeit geschlossen. Sobald dieses wieder öffnet, wird auch dort das Schwimmtraining fortgesetzt. Jede Gruppe hat eine Stunde Zeit, umziehen und kurz duschen mit inbegriffen. Wegen den aktuellen Richtlinien dürfen wir keine Materialien teilen, deshalb würde es sich anbieten eigene zu besorgen bzw. mitzubringen.

(Flossen, Pullbuoy).



In fast allen Gruppen ist noch Platz, auch für Nicht-Wettkampfschwimmer ab 7 Jahren mit Leistungsstand Schwimmabzeichen Bronze, bei Interesse bei [sabine.kolb@gerbrunn.dlrg-jugend.de](mailto:sabine.kolb@gerbrunn.dlrg-jugend.de) melden!

Wir freuen uns auf euch! Meldet euch einfach 😊

---

## Vergangenes

---

### Online-Spieleabend

Ein Spieleabend mal anders!  
Am Freitag, 10. Juli, um 18.30 Uhr hat unser erster



Online-Spieleabend stattgefunden. Durch Corona bedingt mussten wir auf die digitale Version ausweichen. Aber das war kein Problem! Über die kostenlose App „teamcloud“ konnten wir uns gegenseitig sehen und miteinander sprechen; was nach der langen Zeit ohne Training eine Abwechslung war. Es wurde online ein Zeichenspiel gespielt und wir errieten gegenseitig Begriffe rund um die Themen DLRG und Schwimmen. Insgesamt hat es allen sehr viel Spaß gemacht! Auch wenn der Online-Spieleabend reibungslos geklappt hat, hoffen wir doch alle, dass wir diesen bald wieder in gewohnter, nicht digitaler Form durchführen können.

---

## Training zu "Corona-Zeiten"

Seit dem 11.07.2020 fand im Geisbergbad (Veitshöchheim) von 19:45 – 20:45 Uhr das

Mannschaftstraining wieder statt. Vor dem Training trafen sich alle Teilnehmer ca. 15 Minuten früher, um sich in Listen einzutragen und das Eintrittsgeld zu sammeln.



Im Schwimmbad angekommen fing dann auch schon sehr zeitnah das Training an. Auf vier Bahnen aufgeteilt, konnte nun endlich wieder geschwommen werden und trotz des kalten Wassers am Abend, war es einfach ein schönes Gefühl wieder im Wasser zu sein und alle wieder zu sehen. Nach dem Training konnten wir entweder noch kurz bleiben und ein bisschen von den Türmen springen oder gleich nach Hause gehen.

Insgesamt ein guter



Trainingsersatz, zumindest für die Sommermonate.

---

## Jugendübungen

Am Donnerstag den 23.7.2020 haben wir uns am Feuerwehrhafen für die erste Jugendübung nach dem Corona-Lockdown versammelt. Alle Teilnehmer wurden schon im Voraus in drei Gruppen aufgeteilt, in denen die drei Stationen mit verschiedenen Themengebieten bearbeitet wurden.

Bei der ersten Station wurden einem die Aufgaben der DLRG-Jugend nähergebracht. Zum einen durften die Teilnehmer eine Aktion planen, an der sie selbst gerne einmal teilnehmen würden. Alternativ gab es eine Diskussionsrunde über die Möglichkeiten der digitalen Jugendarbeit und wie man diese während der aktuellen Kontaktbeschränkungen am besten nutzen kann.

Anschließend wurde den Teilnehmern beim Boot fahren, der zweiten Station, die Bedeutungen der Schilder und Symbole, sowie die Regeln auf dem Wasser erklärt. Es wurde gelernt, was es für den Bootsführer alles zu beachten gibt und worin Gefahrenquellen bestehen können, die man frühzeitig erkennen sollte.



An der letzten Station wurden diverse Tauchtechniken und verschiedene Rettungsgegenstände erklärt, die dann auch am und im Main ausprobiert wurden. Unter anderem wurde das Tauchen kopf- und fußwärts entlang einer Boje geübt, sowie das korrekte Aufschießen der Leine eines Rettungsballs und eines Rettungsringes. Der Umgang mit diesen beiden Rettungsgeräten

und wie man sie möglichst weit und zielgerichtet wirft wurde im Anschluss geübt.

Auch am 12.09.2020 haben wir das gute Wetter genutzt, um eine weitere Jugendübung am neuen Hafen am Main durchzuführen. Zunächst erarbeiteten die Jugendlichen sich die Theorie der HLW, bevor zur Praxis übergegangen wurde. Neu dabei war der Einsatz eines sogenannten Ambubeutels, der eine professionellere und hygienischere Beatmung des Patienten erlaubt. Des Weiteren konnten einige Teilnehmer\*innen zum ersten Mal die HLW an einem Jugendlichen (einer kleineren Puppe) üben. Wichtig hierbei: Es wird nur eine statt zwei Händen zur Herzdruckmassage verwendet. Im nächsten Schritt ging es um Fallbeispiele aus dem Sanitätswesen, an denen die

Teilnehmer\*innen Basismaßnahmen der Ersten Hilfe und Schemata wie z.B. „ABCDE“ übten.



Beim anschließenden Boot fahren durften die Jugendlichen selbst einmal Schlauchboot fahren - ein großes Highlight! Es stellte sich für einige Teilnehmer\*innen heraus, dass das Schlauchboot nicht ganz so einfach zu bedienen ist, wie das große Boot. So wurde bei der Verwechslung von „steuerbord“ und „backbord“ der ein oder andere an Bord geduscht ;) Ein wenig nass mit Mainwasser, aber zufrieden ging es dann zur nächsten Station, an der den Jugendlichen je nach Interesse die Grundlagen



des Funkens oder verschiedene, grundlegende Knoten nähergebracht wurden. Nachdem alle Gruppen die Stationen absolviert hatten, fuhren wir zurück nach Gerbrunn, wo wir nach einer Feedbackrunde die Fahrzeuge säuberten und uns anschließend verabschiedeten.

---

## Wachdienst an Nord- und Ostsee

Dieses Jahr waren wir stark vertreten beim Wasserrettungsdienst an der Küste.

9 Rettungsschwimmer der DLRG Jugend Gerbrunn entschieden sich dieses Jahr für insgesamt 31 Tage auf Baltrum und Borkum in der Nordsee und in Grömitz an der Ostsee im Zentralen Wasserrettungsdienst Küste (ZWRD-K) Dienst zu leisten. Voraussetzung hierfür ist lediglich ein aktuelles Rettungsschwimmabzeichen

Silber sowie ein gültiger Erste Hilfe Nachweis. Für den Dienst gibt es eine kleine Aufwandsentschädigung. Zudem wird eine Unterkunft kostenfrei zur Verfügung gestellt. Vom 8. bis 22.8.2020 sind sechs Mitglieder der DLRG Gerbrunn nach Grömitz zum Wachdienst gefahren. Dort wird mit einer Wachmannschaft von über 40 Wachgängern ein 7km langer Sandstrand bewacht. Der Morgen jedes Wachtages begann mit einem gemeinsamen Frühstück, bevor die anwesenden Wachgänger sich nach Plan auf die Wachtürme verteilt. Der Dienst ging jeden Tag von 9 bis 18 Uhr. Zu den Aufgaben zählten das Aufklaren der jeweiligen Station oder der Türme, das Wasser beobachten, Pflaster kleben, Fragen beantworten und vieles mehr. Nach dem Dienst haben die Wachgänger den Abend mit der Mannschaft ausklingen lassen und dabei viele

neue Leute kennengelernt. Es wurde ein Schnuppersurfkurs angeboten, der sehr viel Spaß gemacht hat. Auch Übungen und Ausbildung gehören dazu. So wurde über Erste Hilfe Maßnahmen gesprochen, Boot gefahren oder etwas über Einsatztaktik gelernt. Zuvor hat ein weiteres Mitglied bereits eine Woche Wachdienst auf Baltrum geleistet.



Baltrum ist eine sehr kleine Station mit maximal 6 Wachgängern. In der Vorsaison wie hier Mitte Juni, sogar nur mit einer Besatzungsstärke von 3 Personen. Die Aufgaben unterscheiden sich jedoch nicht von größeren Wachen wie Grömitz, lediglich der Strandabschnitt ist kürzer. Anfang Oktober machten sich zwei Mitglieder des OV Gerbrunn auf den

Weg nach Borkum, um dort in der Nachsaison eine Woche Dienst im Hochseeklima zu leisten. Bei 13 Grad Wassertemperatur und starkem Wellengang, wird der schwimmbadgewöhnte Retter vor ganz neue Herausforderungen gestellt. Insgesamt sind alle Rettungsschwimmer mit vielen neuen Erfahrungen und Begegnungen nach Hause gefahren und freuen sich schon auf weitere Wachdienste.

---

## Prämien der Aktion "Scheine für Vereine"

Was lange währt wird endlich gut - unsere Rewe-Prämien haben es zu uns nach Gerbrunn geschafft! Wir möchten diese Gelegenheit nutzen, um uns bei jedem Einzelnen, der einen oder gleich mehrere Scheine für uns gespendet hat, zu bedanken. Mit eurer Hilfe konnten wir einige

Prämien aus der Liste für uns auswählen, die uns viele Jahre begleiten und helfen werden.



So besitzen wir jetzt drei eigene Waffeleisen und einen eigenen Mixer für verschiedenste Aktionen im Rahmen unserer Tätigkeit, z.B. für unseren Jugendverkauf am 24-

Stunden-Schwimmen oder für Freizeiten. Sobald Corona es zulässt, würden wir diese Gegenstände gerne an einem gemeinsamen Nachmittag mit euch einweihen.

Wenn ihr aktuelle Infos, App-Neuheiten, den Newsletter und kommende Termine per Mail erhalten möchtet, tragt euch gerne in unseren Verteiler ein

[https://lists.dlrg.de/mm/listinfo/gerbrunn-elearning\\_jugend](https://lists.dlrg.de/mm/listinfo/gerbrunn-elearning_jugend)

(Selbstständiges Austragen ist auch problemlos wieder möglich, wenn ihr kein Interesse an den News mehr habt)

**TUCHE**

by OTAM

