

Leitlinie: Teilnahme an JDAV-/Sektionsangeboten bei Krankheit, Verletzung oder Einschränkungen

Kurzinfo für Eltern & Teilnehmende | Stand: 04.03.2026 | Version: 1.0

Damit Kinder und Jugendliche bei unseren Angeboten sicher teilnehmen können, gilt: **Sicherheit geht vor**. Bei gesundheitlichen Einschränkungen treffen wir Entscheidungen nach einem klaren, einheitlichen Vorgehen.

Grundprinzipien

- Wir möchten Verletzungen vermeiden und den Heilungsverlauf schützen.
- Wir sind keine medizinische Stelle und können nicht beurteilen, ob eine Verletzung „schon wieder geht“.
- Bei risikoreichen Aktivitäten gilt: Ärztliche Freigabe schlägt Bauchgefühl.
- Rückkehr in den Sport erfolgt sinnvollerweise schrittweise (erst leicht, dann steigern).

Ampellogik: Wann ist eine Teilnahme möglich?

Grün – Teilnahme möglich

Leichte, unkritische Einschränkungen ohne Funktionsverlust (z. B. leichte Prellung, kleine Schürfwunde, Erkältung ohne Fieber).

Gelb – Teilnahme nur angepasst

Wenn unklar ist, was geht (z. B. Schmerzen, Bewegungseinschränkung, Schwindel, Unsicherheit/Angst).

→ Wir ermöglichen ggf. angepasste Teilnahme (z. B. Warm-up, Koordination, Zuschauen), aber ohne Risikoanteile.

Rot – Ärztliche Freigabe erforderlich (zwingend)

Bei allem, was durch Sturz-, Zug- oder Stoßkräfte kritisch werden kann, z. B.:

- Frakturen/Brüche, OPs, Bänderverletzungen
- Kopfverletzungen/Gehirnerschütterung
- starke oder anhaltende Schmerzen

- Einschränkungen, die beim Klettern/Bouldern/Skifahren ein Sicherheitsrisiko darstellen
→ Ohne **kurze schriftliche ärztliche Freigabe für die konkrete Aktivität** (z. B. „Klettern/Bouldern/Skifahren erlaubt ab... ggf. mit Einschränkungen“) ist eine Teilnahme an der jeweiligen Aktivität **nicht möglich**.

Warum gerade beim Klettern/Bouldern so klar?

Klettern und Bouldern beinhalten **Sturz- und Zugkräfte**, die nicht vollständig vorhersehbar sind. Auch bei Vorsicht kann es zu unkontrollierten Bewegungen kommen.

Was wir praktisch machen

Wir sprechen kurz ab, was aktuell möglich ist.

- Bei „Gelb“ bieten wir – wo sinnvoll – Alternativen (Warm-up/Beobachten).
- Bei „Rot“ bitten wir um eine kurze schriftliche Freigabe.

Kontakt bei Fragen (vorab gerne melden)

Ruben Sievers

DAV / JDAV Koordinator und Trainer

E-Mail: koordinator@dav-ueberlingen.de

(oder an die jeweilige Kurs-/Gruppenleitung)