



**Samstag: 07. März 2026**

## **Erste-Hilfe-Kurse für Übungsleiter & Vereinsmitglieder in unserer Turnhalle - kostenlos!**

Die Erste Hilfe Schulung bereitet auf die vielen alltäglichen Unfälle vor, die sich auch im Sport ereignen können und bei denen es auch schnell lebensgefährlich werden kann. Es wird die Angst vor der Ersten Hilfe genommen und vermittelt die Fertigkeiten und die notwendige Sicherheit, in Not geratenen Menschen qualifiziert zu helfen. Insbesondere wird auf Verletzungen am Bewegungsapparat sowie die entsprechende Wundversorgung/Ruhigstellung eingegangen und Herzdruckmassage wird mit dem Einsatz des Defibrillators praktisch geübt.

Diese Schulung ist auch für Fahrschüler aller Führerscheinklassen, für die ÜL-Lizenz und für betriebliche Ersthelfer anerkannt.

**Kursdauer: 7,5 Std** - genaue Startzeit wird noch mitgeteilt (vermutlich 9 Uhr).

Für die Mittagspause könnten wir ein kleines Buffet planen - jeder der mag bringt eine Kleinigkeit mit (ganz freiwillig). Aus Erfahrung ist dies immer besonders lecker und vielfältig.

Mindestalter 15,5 Jahre

**Samstag: 07. März 2026**

Verbindliche Anmeldung über die Listen in der Turnhalle oder deinem Übungsleiter.

Bei Fragen wendet euch bitte an Petra Frings

Mail: [p.frings@tusdollendorf.de](mailto:p.frings@tusdollendorf.de)

Tel: 0173/5360957

