



Hinweise zu alternativen Atemschutz-Belastungsübungen

Vorbemerkung

Aufgrund der Corona-Pandemie mussten die Atemschutz-Belastungsübungen (nachfolgend: Belastungsübungen) der Feuerwehrangehörigen teilweise über mehrere Monate ausgesetzt werden. Hierdurch ist in mehreren Städten und Landkreisen eine Diskrepanz zwischen dem notwendigen Bedarf an Belastungsübungen und der zur Verfügung stehenden Kapazität der Atemschutz-Übungsanlagen entstanden.

Gleichzeitig besteht die Anforderung der Feuerwehr-Dienstvorschrift 7 (FwDV 7), dass Atemschutzgeräteträger jährlich eine Belastungsübung absolvieren. Prioritär sollen dafür die bestehenden Atemschutzübungsstrecken unter Beachtung eines entsprechenden – vom Gesundheitsamt genehmigten - Hygienekonzepts genutzt werden. Dabei ist darauf zu achten, dass Einheiten auf der Atemschutzstrecke nicht durchmischt werden. Es soll weiterhin vermieden werden, dass alle Atemschutzgeräteträger einer Einheit gleichzeitig anwesend sind. Weiterhin sind die allgemeinen Hygienemaßnahmen entsprechend der Rahmenempfehlungen zur Aufrechterhaltung der Einsatzbereitschaft sowie des DGUV-Merkblatts FBFHB-016 einzuhalten.

Dort wo keine Möglichkeit zur Atemschutzstrecke besteht, können Alternativen genutzt werden. Hierzu wird nachfolgend die Durchführung von alternativen Belastungsübungen (Ersatzbelastungsübungen) beschrieben, die bis auf weiteres in den Zeiten der Corona-Pandemie mit Zustimmung der Wehrleiterin/des Wehrleiters als Ersatz für die Belastungsübung in einer Atemschutz-Übungsanlage absolviert werden können.

Die Konzeption wurde zwischen der Unfallkasse Rheinland-Pfalz, der LFKS, der ADD und Vertretern der kommunalen Spitzenverbände einvernehmlich abgestimmt.

Allgemeine Anforderungen für die Durchführung von alternativen Atemschutz-Belastungsübungen (Ersatzbelastungsübungen)

Die Ersatzbelastungsübung soll möglichst am/im Feuerwehrhaus stattfinden. Die Hinweise der ADD zur Sicherstellung der Einsatzfähigkeit der Feuerwehren während der Corona-Pandemie gelten auch für die Ersatzbelastungsübungen. Für die Ersatzbelastungsübungen muss vor Ort ein Hygienekonzept erstellt werden, das insbesondere regelt,

- wie die notwendigen Abstände der Teilnehmenden eingehalten werden,
- wie die Übungsbereiche ausreichend belüftet werden können (z.B. geöffnete Tore der Fahrzeughalle) sowie
- wie Atemschutzgeräte, vorgesehene Einsatzgeräte und Ausstattung gelagert, verwendet und anschließend gereinigt werden.

Die Ersatzbelastungsübungen dienen dazu, die körperliche Leistungsfähigkeit zu überprüfen und sind deshalb mit einer definierten Belastung (Arbeitsleistung) durchzuführen. Spezifische Feuerwehrtätigkeiten wie z.B. das Absuchen von verrauchten Bereichen sind nicht Bestandteil dieser (Ersatz-)Belastungsübungen. Spezifische Feuerwehrtätigkeiten werden in der nach FwDV 7 definierten Einsatzübung absolviert, die grundsätzlich ergänzend zur (Ersatz-)Belastungsübung gefordert ist.



Leitung der Ersatzbelastungsübung:

Die Planung und Durchführung der Ersatzbelastungsübung(en) sind einer geeigneten Feuerwehr-Führungskraft zu übertragen. Besonders geeignet hierfür sind beispielsweise:

- Leiterin/Leiter des Atemschutzes
- Ausbilderin/Ausbilder für Atemschutzgeräteträger
- Wehrleiterin/Wehrleiter bzw. Wehrführerin/Wehrführer
- Zugführerin/Zugführer

Sicherheit

Für die Ersatzbelastungsübung ist eine Gefährdungsbeurteilung zu erstellen. Insbesondere sind für die Sicherheit der Übung erforderlich:

- Einhaltung des Hygienekonzepts
- Sicherstellung einer unmittelbaren Rettung, der Ersten Hilfe und der Möglichkeit, einen Notruf abzusetzen
- Sichtkontakt zu den Teilnehmenden

Gestaltung der Ersatzbelastungsübung

Zeitansatz:

Die Dauer der Übung soll etwa 20 Minuten (für eine Gesamtarbeit von 80 kJ) betragen. Analog zur Belastungsübung sollen den Atemschutzgeräteträgern immer wieder kurze Ruhephasen zugestanden werden. Beispielsweise zwischen den verschiedenen Übungsteilen.

Belastungswerte/Gesamtarbeit

Bei der Ersatzbelastungsübung ist mit dem Atemluftvorrat von etwa 1.600 Litern eine Gesamtarbeit von 80 kJ, ab dem 50. Lebensjahr von 60 kJ, zu erbringen.

Die Ersatzbelastungsübung ist bestanden, wenn der Atemluftvorrat für die Tätigkeiten ausreicht. Der Lungenautomat darf nicht vor dem Erreichen der zu erzielenden Gesamtarbeit abgenommen werden, ansonsten gilt die Ersatzbelastungsübung als nicht bestanden.

Übungsteile der Ersatzbelastungsübung

Die zu erbringenden Belastungswerte 80kJ bzw. 60kJ ab dem 50. Lebensjahr werden durch nachfolgend beschriebene Übungsteile erreicht, wobei alle vier Übungsteile mindestens einmal absolviert werden müssen. Der Umfang bzw. die Wiederholung der einzelnen Übungsteile soll vor Ort auf Grund der örtlichen Gegebenheiten festgelegt werden.



Orientierungswerte für die Belastungswerte:

Übungsteil	Belastungswert
200 m Gehstrecke ohne Kriechstrecke	ca. 15 kJ (da nur in der Ebene ohne Steigung und in nicht definierter Laufgeschwindigkeit)
100 m Gehstrecke mit 10m Kriechstrecke	ca. 10 kJ
10 m (Höhenmeter) Treppensteigen	ca. 10 kJ
20 m Gehstrecke und Tragen von Last(en) mit insgesamt 20 kg	ca. 5 kJ

Das einmalige Absolvieren aller vier Übungsteile entspricht einem Belastungswert von 40kJ. Um die in der FwDV 7 geforderten Belastungswerte von 80kJ bzw. 60kJ zu erreichen, kann im Rahmen der Planung der Ersatzbelastungsübung festgelegt werden, welche Übungsteile nochmals oder in größerem Umfang absolviert werden.

Bei der Planung der Übungsteile der Ersatzbelastungsübung ist folgendes zu beachten:

- Gehstrecke

Es ist eine gut einsehbare Strecke ohne Stolpergefahr zu wählen. Die Teilnehmenden der Ersatzbelastungsübung gehen Truppweise vor. Die Teilnehmenden dürfen nicht rennen, sollen aber zügig gehen.

- Kriechstrecke

Die Kriechstrecke soll mit Feuerwehrleinen oder Absperrbändern realisiert werden, die in einer Höhe von etwa 1 m auf einer Länge von etwa 10 m über festem Boden gespannt werden.

Die Teilnehmenden sind darauf hinzuweisen, dass die Feuerwehrleinen oder die Absperrbänder nicht berührt werden dürfen.

- Treppensteigen

Beim Treppensteigen werden nur die Höhenmeter gezählt, die nach oben gestiegen werden. Der Abstieg bleibt unberücksichtigt. Organisatorisch ist sicherzustellen, dass es zu keinen Stauungen oder Gegenverkehr auf der Treppe kommt, um die Gefahr des Stolperns zu reduzieren.

- Tragen von Last(en)

Die Last(en) soll(en) bei diesem Übungsteil so gewählt werden, dass sie gut zu greifen und nicht „unhandlich“ ist/sind; zudem dürfen nur Gegenstände verwendet werden, die beim Herunterfallen keine Schäden anrichten. Geeignet sind beispielsweise gefüllte Schlauchtragekörbe oder gefüllte Kanister.



Dokumentation

Die Teilnahme der Atemschutzgeräteträger an der Ersatzbelastungsübung ist entsprechend der FwDV 7 zu dokumentieren und von der Leitung der Ersatzbelastungsübung zu bestätigen.