

Sicherheitsregeln für Eisläufer

- Betrete Eisflächen nur, wenn sie offiziell freigegeben wurden! Bedenke, dass es sehr lange dauert, bis eine Eisschicht ausreichend tragfähig ist, damit man sie sicher betreten kann. Hierzu sind viele Tage mit durchgängigen Minustemperaturen notwendig.
- Beachte eventuell am Ufer vorhandene Warn- und Hinweisschilder!
- Bedenke, dass die Dicke und die Tragfähigkeit der Eisschicht eines Sees aufgrund von verschiedenen Einflussfaktoren sehr stark variieren können.
- Betrete niemals die Eisschicht einer Talsperre! Ein sinkender Wasserstand lässt Hohlräume unter dem Eis entstehen.
- Mache nicht aus Spaß Löcher in die Eisschicht, andere Personen könnten hier einbrechen und ertrinken.
- Beobachte deine Kinder ständig und bleibe in ihrer direkten Nähe – auch wenn sie nur am Ufer spielen.
- Beachte Markierungen auf dem Eis. Sie kennzeichnen z.B. Löcher von Eisfischern.
- Gehe niemals allein auf das Eis! Bleibe auch bei größeren Seen möglichst in der Nähe von anderen Menschen.
- Verlasse das Eis sofort wenn es anfängt zu knacken/knistern. Nutzen denselben Weg wie auf dem Hinweg.
- Mache bei Gefahr andere Personen am Ufer / auf dem Eis auf Deine Notlage durch lautes Rufen und Winken aufmerksam. Nutze ggf. eine vorhandene Trillerpfeife. Nehme Hilfsmittel wie eine Eiskralle, eine Trillerpfeife und eine Rettungsdecke mit auf das Eis. Trage eventuell sogar eine Rettungsweste.
- Lege Dich bei Einbruchgefahr sofort flach auf das Eis, um Dein Gewicht zu verteilen und die Punktbelastung des Eises zu verringern. Bewege Dich robbend zurück zum Ufer.
- Entferne Dich nur bei sehr guter Sicht vom Ufer. Bleibe grundsätzlich möglichst in Ufernähe. Verlasse das Eis sofort, wenn sich das Wetter verschlechtert (z.B. bei plötzlich auftretendem Nebel oder Gewitter).
- Konzentriere Dich darauf, Deine Atmung unter Kontrolle zu bringen, wenn der Körper mit reflexartigem, schnellem und tiefem Atmen auf kaltes Wasser reagiert. Vermeide das Einatmen von kaltem Wasser.
- Meide Eisbereiche mit erkennbaren Wasserpflanzen oder Ästen im Wasser.
- Halte Dich von Einbruchstellen und Seezuflüssen fern.
- Alarmiere bei Eisunfällen am See sofort die Rettungsschwimmer bzw. Rettungsdienste (Tel. 112).

