



Regeln der FireFit Challenge Munderkingen

Allgemeines zum Wettkampf

Die **FireFit Challenge** ist ein sportlicher Wettkampf mit verschiedenen Stationen mit Bezug zu Tätigkeiten eines Angriffstrupps der Feuerwehr im Brandeinsatz. Teilnehmen können nur aktive Feuerwehr Einsatzkräfte. Der Wettkampf läuft auf Zeit – der Teilnehmer mit der geringsten Gesamtzeit gewinnt.

Voraussetzungen und Ausrüstung

Die **FireFit Challenge** wird in kompletter Einsatzkleidung für die Brandbekämpfung inkl. Atemschutzgerät und angeschlossener Atemschutzmaske durchgeführt. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine abgeschlossene Atemschutzausbildung, eine gültige arbeitsmedizinische Untersuchung nach der G 26.3 sowie eine PSA incl. kompletter Atemschutzausrüstung.

Zur zulässigen Schutzausrüstung zählen nachfolgend aufgeführte Bestandteile:

- Einsatzstiefel
- Einsatzhose und -jacke
- Einsatzhandschuhe (Brandeinsatz)
- Feuerwehreinsatzhelm, geeignet für Brandbekämpfung im Innenangriff
- Atemschutzgerät mit Stahlflasche, 6 Ltr., min. 270 bar und Atemanschluss
- Atemschutzmaske ohne Flammenschutzhaube
- unter der PSA muss Sportbekleidung für den zu absolvierenden Lauf getragen werden.

Die Schutzausrüstung muss der Norm entsprechen. Das Atemschutzgerät incl. Stahlflasche sowie die PSA muss selbst mitgebracht werden. Alle Gegenstände müssen geprüft sein. Die Atemschutzflaschen müssen mindestens 270 bar haben.

Die Zulässigkeit der Schutzausrüstung wird vor dem Start durch den Wettkampfrichter kontrolliert. Er entscheidet darüber, ob sie den definierten Regeln entspricht.

Während des gesamten Wettkampfes muss die Ausrüstung so angelegt sein, dass nichts verloren geht. Bei einem Verlust darf der Wettkampf erst fortgesetzt werden, wenn die komplette Schutzausrüstung wieder angelegt ist.

Ablauf / Stationen

Der Wettkampf beinhaltet mehrere Stationen, die in der vorgegebenen Reihenfolge ohne Pause absolviert werden müssen. Der Wettkampf wird als Einzelperson durchgeführt. Es starten immer zwei Wettkampfteilnehmer im direkten Vergleich.



■ Station 1: Atemschutz

Gestartet wird in korrekt angelegter PSA (Feuerwehrrhelm, Feuerwehrjacke, Feuerwehrhose, Feuerwehrhandschuhe und Feuerwehrstiefel, **ohne Haltegurt**).

Der Athlet begibt sich auf direktem Weg vom Start an seinen Tisch, wo das Atemschutzgerät mit Maske abgelegt ist (alle Befestigungen müssen ganz geöffnet sein), und führt die Einsatzkurzprüfung nach FwDV7 durch, auf die 1 minütige Wartezeit lt. FwDV7 kann verzichtet werden, die Signalpfeife am Manometer muss ertönen.

■ Station 2: Slalomlauf

Der Teilnehmer muss mit korrekt angelegter PSA und Atemschutzgerät alle Hindernisse umlaufen, ohne dass Hindernisse berührt, verschoben oder umgeworfen werden.

■ Station 3: Treppenlauf + Schlauch hochziehen

Nach dem Slalomlauf läuft der Teilnehmer mit einem Schlauchpaket auf dem Rücken über die Gerüsttreppe nach oben (ca. 8m) und legt das Schlauchpaket (2 x C-Schlauch à 15m) oben am Turm auf der gekennzeichneten Fläche ab, zieht anschließend die 20 kg Schlauchrolle (2 x B-Schlauch) an einem Seil nach oben und stellt sie in der gekennzeichneten Fläche ab. Danach läuft der Teilnehmer den Turm hinunter. Sowohl beim Hoch- wie auch beim Hinunterlaufen muss mindestens eine Hand am Geländer geführt und jede Stufe genommen werden.

■ Station 4: Hammerschlag

Anschließend läuft der Teilnehmer zur Schlagmaschine und nimmt den Hammer auf. Mit diesem muss er ein Gewicht über eine bestimmte Strecke nach hinten schlagen. Der Hammerstiel darf nicht mit dem Gewicht in Berührung kommen! Es darf nur der dafür vorgesehene Hammer zum Schlagen des Gewichtes verwendet werden. Auf der Schlagmaschine befindet sich eine gut sichtbare Markierung, bis zu der das Gewicht mit dem Hammer geschlagen werden muss. Das Gewicht muss vollständig hinter der Markierung sein. Ist dies nicht der Fall, so führt dies zu Strafsekunden!

■ Station 5: Dummy ziehen

Nach dem Hammerschlag muss der Dummy in einem Zug, ohne zwischendurch abgesetzt zu werden, mit dem Rettungsgriff über eine Strecke von 30 Metern gezogen werden. Am Ende dieser Strecke befindet sich eine Markierung, die das Ziel kennzeichnet. Die Aufgabe gilt erst dann als erfolgreich beendet, wenn der Dummy vollständig über die Ziellinie gezogen und seine Füße die Markierung vollständig überschritten haben.

■ Station 6: C-Schlauch ziehen

Der Teilnehmer nimmt im Anschluss an das Dummy ziehen den C-Schlauch mit Hohlstrahlrohr auf, zieht diesen 25 m bis zur sichtbaren Markierung vor die Feuerklappe und spritzt diese um. Das Hohlstrahlrohr darf erst nach Erreichen der Markierung geöffnet werden. Sobald die Klappe (Flamme) vollständig „gefallen“ ist, darf der Teilnehmer sein Strahlrohr schließen und direkt ablegen.

Nach dem Schlauchziehen begibt sich der Teilnehmer zu dem Tisch, an dem seine Laufschuhe bereit liegen. Dort legt er sein Atemschutzgerät und seine PSA ab. Nach dem Ablegen zieht er seine Laufschuhe an, um den 2,6 km Lauf zu absolvieren. Es sind ausschließlich Laufschuhe mit Schnürung zugelassen. Die Laufschuhe dürfen nicht fertig gebunden sein. Laufschuhe nur zum „rein schlüpfen“ sind ebenso wie das „Barfuß“ laufen nicht zugelassen. Der Lauf muss in Sportbekleidung durchgeführt werden. Die Zeit wird erst gestoppt, wenn der Teilnehmer über die Ziellinie gelaufen ist. Abkürzen des Streckenverlaufes oder der Einsatz von Hilfsmitteln führt zur Disqualifizierung des Teilnehmers.

