

Tipps und Regeln für das Eislochbaden und

Eislochbohren



KÄLTENETZWERK.ch
WIRKT

Das Bohren eines Eislochs kann eine wunderbare Erfahrung sein, zudem aber auch anstrengend und risikoreich. Die Haftung bei möglichen Unfällen obliegen immer bei jedem Einzelnen, die Eislochbohren und Eisbaden. Auch übernimmt das KÄLTENETZWERK keine Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Tipps und Regeln.

1 Vorbereitung (frühzeitig):

Finde einen See, an dem das Bohren eines Eislochs erlaubt ist. Kläre dies vorab mit dem Besitzer oder beim KÄLTENETZWERK.ch ab.

Sei dir bewusst, dass du möglicherweise vor Ort das Eis - Erlebnis abrechnen musst.

Du benötigst folgende Materialien:

Eisbohrer | spezielle Eissäge | Eisschrauben | stabile Seile | Schaufel | Badeausrüstung | lauwarmes Getränk | geeignete Kleidung für die Arbeit und für danach | wasserdichte Schuhe | Eiskrallen für die Schuhe | Bodendecken | gefüllte Medikamentenbox | eventuell ein Pop-up-Zelt | persönliche Sachen

Installiere die Defibrillator App und überprüfe, wo sich der nächste Defi befindet. Plane die Anreise mit allen Utensilien bis zum See und zurück. Gehe niemals allein.

2 Vor Ort:

Finde eine Stelle mit einfachem und sichern Zugang zum See.

a. **Bevor alle das Eis betreten, überprüfe folgendes:**

- Ist das Eis mind. 10 cm dick? Wie tief ist das Wasser?
- Hat es Luft- oder Gasblasen im Eis, welche die Stabilität beeinträchtigen könnten?
- Helfende betreten das Eis erst, wenn die Dicke gemessen wurde.

b. **Sichere die Stelle rund um das Eisbad sofort wie folgt:**

- Bestimme, wo das Eisloch gemacht werden soll: idealerweise kann man dort im Wasser stehen.
- Sichere die Arbeitsstelle mit Eisschrauben und Seilen (für die Rettung bei Sturz ins Wasser).
- Sichere die Eislochstelle durch einen Schneewall oder durch Eisstücke, um Unfälle zu vermeiden.
- Definiere die Aufgaben für alle und sichere die Arbeitsstelle.

2 Vor Ort (Fortsetzung):

c. **Nun starte mit der Erstellung des Eislochs:**

Für eine Person reicht die Grösse von 80x80 cm. Je nach Zweck könnte das Loch grösser sein. Je grösser das Loch ist, je unstabiler kann die Umgebung werden.

d. **Sicherung der Badenden** (insbesondere, wenn nicht bequem gestanden werden kann):

- Die Personen im Wasser sollten immer am Handgelenk oder am Körper angebunden sein (unbekannte Wasserströmung). Das stabile Seil ist dabei mit einer im Eis verankerten Eisschraube gesichert.
- Der Ausstieg ist mit einer Leiter sicherzustellen oder mit einer 80 x 80 x 80 cm kleinen Nische.
- Es sind nie alle Personen gleichzeitig im Wasser. Die Anderen beobachten die Badenden immer.

3 Eisbaden:

Bitte beachte:

- Das Eis kann scharfkantig sein und somit besteht Verletzungsgefahr.
Tipp: für den Ein- und Ausstieg Bodendecke über die Eiskante legen.
- Unsere Haut und unsere Badeutensilien können am Eis kleben bleiben.
- «Spiele» nie mit Gasblasen im Eis.

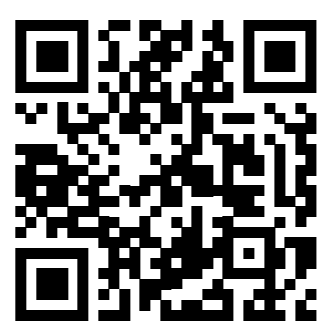
Beachte die 7 Regeln des Kaltbadens des KÄLTENETZWERK. Diese findest du hier rechts unter dem QR-Code.



4 Vor dem Verlassen des Eisfeldes:

Nimm alles mit, was nicht Eis und Schnee ist, sonst landet es später im See. Überprüfe, ob die Sicherung der Eislochstelle weiterhin gut sichtbar ist.

MEHR ÜBER KÄLTEBADEN:



www.kaeltenetzwerk.ch
info@kaeltenetzwerk.ch

Geniesse das Erlebte und teile deine Erfahrungen mit Anderen!