

Freizeit-Trampoline

Autoren:
Fränk Hofer, Markus Buchser

Bern 2008

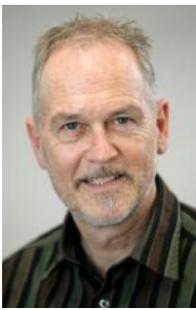
Autoren



Fränk Hofer

Leiter Sport, bfu, f.hofer@bfu.ch

Dipl. Sportlehrer, Primarlehrer. Langjährige Referententätigkeit im Sportbereich, Ausbildungsverantwortlicher beim Schweizer Radverband und Fachleiter J+S, von 2003 bis 2007 Präsident von Swiss Cycling. Seit 2007 Leiter Sport bei der bfu. Arbeitsschwerpunkte: Fahrrad/Bike, Schneesport, Strategische Entwicklung Unfallprävention im Sport und Koordination mit Partnern.



Markus Buchser

Berater Haus / Freizeit / Produkte, bfu, m.buchser@bfu.ch

Bauzeichner, Bauführer; befasst sich seit 1978 mit dem Bau von Sportanlagen, wovon 13 Jahre als Bauführer bei einer Sportplatzbaufirma und als Bauleiter bei einem Gartenbauamt. Seit 1991 Berater bei der bfu zu Sicherheitsfragen. Arbeitsschwerpunkte: Sport-, Bäder- und Freizeitanlagen, Bodenbeläge. Vorstandsmitglied der IAKS Schweiz (Internationale Vereinigung Sport- und Freizeiteinrichtungen).

Impressum

Herausgeberin	bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung Postfach 8236 CH-3001 Bern Tel. +41 31 390 22 22 Fax +41 31 390 22 30 info@bfu.ch www.bfu.ch
Autoren	Fränk Hofer, Leiter Abt. Sport, bfu Markus Buchser, Berater Abt. Haus und Freizeit, bfu
Mitarbeit	Regina Münstermann, ...
Redaktion	Fränk Hofer, Leiter Abt. Sport, bfu
© bfu 2008	Alle Rechte vorbehalten; Reproduktion (z. B. Fotokopie), Speicherung, Verarbeitung und Verbreitung sind mit Quellenangabe gestattet.

Inhalt

I.	Einleitung	6
	1. Unfallgeschehen	6
	2. Unfallursachen	6
II.	Tipps	8
	1. Tipps für den Kauf	8
	2. Tipps für die Montage	9
	3. Tipps zum sicheren Gebrauch	10
	4. Wartung und Unterhalt	12
III.	Haftung und Verantwortung	13
IV.	Normen	14

I. Einleitung

1. Unfallgeschehen

Trampoline entwickeln sich in der Schweiz zu einem beliebten Tummel- und Sportgerät. Die Frage, ob sie gefährlich sind oder nicht, hängt davon ab, wie man sie benutzt. Trampolinturnen wird sowohl wettkampfmässig als auch in der Freizeit betrieben.

Im Sport wird es nur unter Anleitung fachkundiger Trainer ausgeübt (dabei sind jeweils zwei Personen als Sicherheitsstellung an den Seiten obligatorisch). Die ausgebildeten Trainer wissen, wie Trampoline sicher aufgebaut und benutzt werden.

Anders sieht es bei Trampolinen im privaten Gebrauch aus, wo Unfälle oftmals mit sehr schweren Verletzungen enden. Im Garten aufgestellte Geräte können zudem auch von Unbefugten, die nicht über die notwendigen Instruktionen verfügen, benutzt werden. Aus statistischen Unterlagen der USA geht hervor, dass dort im Jahr 2001 über 90'000 Personen Verletzungen im Zusammenhang mit Trampolinen erlitten, vor allem mit solchen in privaten Gärten. Die meisten Unfälle ereigneten sich mit Jugendlichen im Alter zwischen 6 – 14 Jahren. Wie hoch die Verletzungsrate in der Schweiz ist, ist nicht bekannt.

Da Trampoline heute vermehrt als Freizeitsportgeräte gekauft und im Garten aufgestellt werden,

sind beim Kauf und Gebrauch einige wichtige Punkte zur Unfallverhütung zu beachten und zu befolgen.

2. Unfallursachen

- Gefährliche Sprünge oder Salti
- Zusammenstösse mit einer anderen Person oder Fall auf eine Zweitperson auf dem Trampolin (75 % der Unfälle)
- Die leichtere Person trägt ein fünfmal höheres Unfallrisiko als die schwerere
- Heruntergestossenwerden während des Springens durch eine andere Person auf dem Trampolin
- Ungeschickte oder harte Landung auf dem Trampolin
- Fall vom Trampolin und Landung auf dem harten Boden oder auf einem harten Objekt
- Kontakt mit den Trampolinfedern oder dem -rahmen
- Hinunterspringen statt Absteigen vom Trampolin auf den harten Boden

Verletzungen sind an allen Körperteilen möglich, insbesondere an Hals, Armen, Beinen, Kopf und Gesicht. Verletzungen an Kopf und Hals gehören zu den gravierendsten im Zusammenhang mit Trampolinen. Kinder unter 6 Jahren haben ein stark erhöhtes Unfallrisiko.

Abbildung 1

Bei zwei oder mehreren Benutzenden besteht die Gefahr von Kollisionen. Die leichtere Person trägt ein fünfmal höheres Unfallrisiko



Quelle: bfu

© bfu 2008

II. Tipps

1. Tipps für den Kauf

- Um zu verhindern, dass Kinder vom Trampolin resp. auf die Umrandung fallen, nur solche mit Sicherheits-Schutznetzen kaufen (Abbildung 2). Diese bilden eine Art „Käfig“ auf dem Trampolin und verhindern lediglich Stürze auf den Boden.
- Ein Netz kann falsche Sicherheit vortäuschen und zu riskanten Sprüngen verleiten. Es darf niemals den respektvollen Umgang mit dem Gerät ersetzen!
- Die Randabdeckung darf nicht verrutschen.
- Zusätzliche Sicherheit kann mit einem gut fixierten Sicherheitsnetz zwischen Trampolinrahmen und Boden erreicht werden (Abbildung 3). Dadurch wird verhindert, dass Kinder unter das Gerät kriechen.
- Trampoline nur mit einer kompletten Abdeckung (Rahmenpolsterung) der Federn

oder Gummizüge und des Metallrahmens kaufen.

Abbildung 2
Trampolin mit Sicherheits-Schutznetz.



Quelle: bfu

© bfu 2008

Abbildung 3
Trampolin mit Sicherheitsnetz zwischen Trampolinrahmen und Boden.



Quelle: bfu

© bfu 2008

2. Tipps für die Montage

- Trampoline auf einer ebenen Fläche und nicht auf harten Böden (Rutschgefahr) wie Betonplatten, Verbundsteinen, Asphaltbelag usw. aufstellen. Möglich sind Gras- und Rasenflächen oder stossdämpfende Untergründe.
- Über dem Trampolin ist nach Angaben des Herstellers ein Freiraum einzuhalten.
- Im Umkreis von 2,5 m von Trampolinen dürfen sich keine harten und scharfkantigen Gegenstände, keine Äste, Stromleitungen, Wände, Zäune, Spielgeräte usw. befinden.
- Teilweise im Boden eingegrabene oder versenkte Trampoline (Abbildung 3) erhöhen die Sicherheit der Springenden. Sie sind so aufzustellen, dass die Sprungfläche bündig mit den angrenzenden Flächen ist.
- Das unbefugte Benutzen von Trampolinen ist in öffentlich zugänglichen, unter Umständen auch in privaten Anlagen zu verhindern (z. B. durch eine Umzäunung).
- Es sollen keine Aufstiegshilfen angebracht werden. Kinder, die nicht selbständig auf ein Trampolin steigen können, sollten nicht unbeaufsichtigt auf ein Trampolin gelangen.
- Das Trampolin sturmsicher befestigen.
-

Abbildung 4
SOMERSAULT Trampolinanlage mit Fangnetzen. Sogar der Mittelgang ist mit Schaumgummi gepolstert.



Quelle: bfu

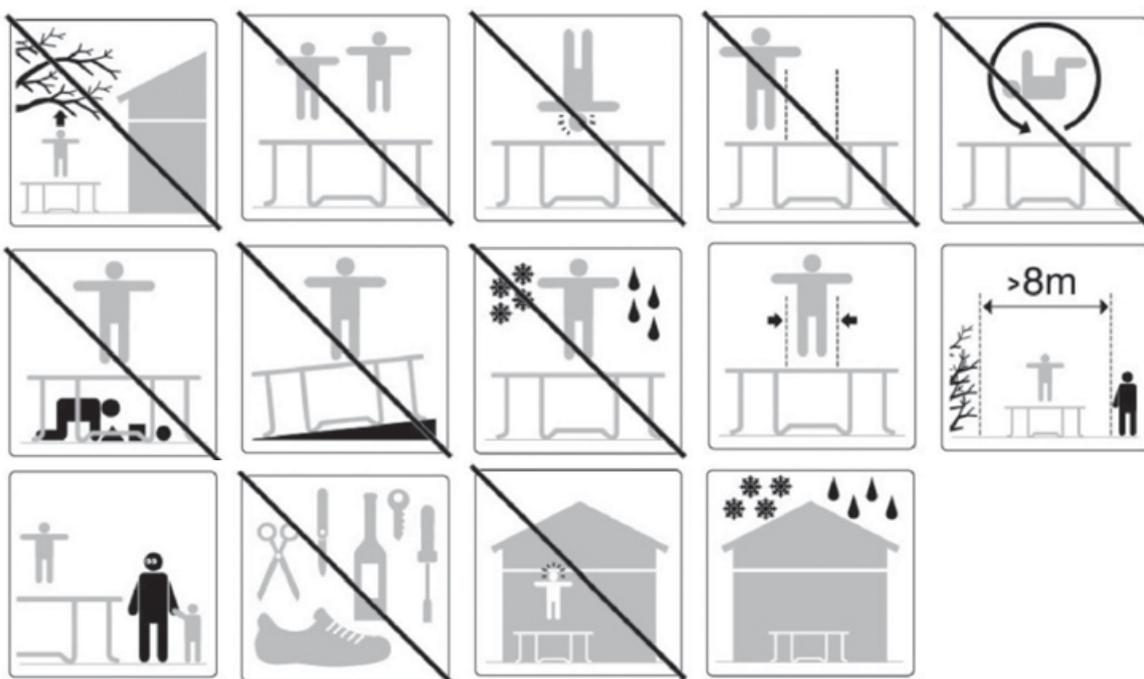
© bfu 2008

3. Tipps zum sicheren Gebrauch

- Es darf sich immer nur eine Person auf dem Trampolin befinden! Bei zwei oder mehreren Benutzenden besteht die Gefahr, dass durch unachtsame Bewegungen Kollisionen entstehen, die insbesondere an Kopf und Nacken schlimme Folgen haben können. Bei Mehrfachnutzung besteht zudem die Gefahr, dass Benutzende unerwartet herausgeschleudert werden („rebounding“).
- Kinder unter 6 Jahren sollen wegen mangelnder motorischer Fähigkeiten nicht zum Trampolinspringen zugelassen werden.
- Kinder sind beim Springen durch erwachsene Personen zu beaufsichtigen, wobei es zu beachten gilt, dass die Überwachung keine Garantie für Sicherheit ist. In der Mitte des Springtuchs abspringen und landen.
- Stoppsprung üben
- Vor dem Springen alle harten und scharfen Gegenstände wie Uhren, Schmuck, Piercing usw. ablegen.
- Nur barfuss, in Gymnastik- oder leichten Turnschuhen mit dünnen Sohlen springen. Mit gewöhnlichen Strassenschuhen und harten Sohlen besteht die Gefahr, bei der Landung umzuknicken. Nicht in Socken springen!
- Bei Sprungtüchern in Netzform sollte wegen Verletzungsgefahr für die Zehen nicht barfuss gesprungen werden.
- Nie vom Trampolin springen und auf dem Boden landen, sondern immer nur hinauf- und hinabklettern. Nicht vom Trampolin auf andere Gegenstände springen resp. nicht von anderen Gegenständen auf das Trampolin springen.
- Das eigene Können vorsichtig und richtig einschätzen! Nur so hoch springen, wie man es kontrollieren kann! Ansonsten besteht die Gefahr, dass die Landung in unerwünschten und verletzungsträchtigen Positionen (z. B. Kopflandung) erfolgt. Ein eindeutiges, sichtbares Zeichen von unkontrollierter Höhe ist wildes Rudern mit den Armen, hier muss zum Bremsen aufgefordert werden.
- Nie unter das Sprungtuch kriechen, denn dieses dehnt sich beim Springen nach unten aus.
- Nie bei Nässe springen!
- Wer kein Risiko eingehen will, soll sich einem Trampolinverein anschliessen.

- Die Springenden sind in Form von Piktogrammen über Warn- und Sicherheitshinweise zu informieren. Diese sind an gut sichtbarer Stelle zu montieren.

Abbildung 5
Piktogramme



Quelle: «blaze» Trampolines, BDA

© bfu 2008

4. Wartung und Unterhalt

Eine regelmässige Kontrolle von Trampolinen ist nicht nur eine Frage der Verantwortung, sondern auch der Haftung. Darum ist es empfehlenswert, für öffentlich zugängliche Geräte ein Pflichtenheft für die verantwortliche Person/Organisation bezüglich Kontrollen, Wartung und Reparaturen zu erstellen.

Trampoline sind regelmässig auf abgenutzte, überbeanspruchte oder fehlende Teile hin zu überprüfen. Folgende Defekte erhöhen die Gefahr für eine Körperverletzung:

- Einstiche, Löcher oder Risse im Sprungtuch
- durchhängendes Sprungtuch
- lose Nähte oder jegliche Art von Abnutzung des Sprungtuchs
- geknickte oder gebrochene Rahmenteile
- gebrochene, fehlende oder beschädigte Federn
- beschädigter, fehlender oder unzureichender Rahmenschutz
- hervorstehende Teile am Rahmen, den Federn oder des Sprungtuchs

Abbildung 6
Es darf sich immer nur eine Person auf dem Trampolin befinden



Quelle: bfu

© bfu 2008

III. Haftung und Verantwortung

Wer ein Freizeittrampolin aufstellt, ist dafür verantwortlich, dass es richtig aufgestellt, gewartet und unterhalten wird. Regelmässige Kontrolle ist unbedingt nötig – sie dient nicht nur der Verhinderung von Unfällen, sondern auch der Minimierung des Risikos, im Falle eines Unfalls zivil- und /oder strafrechtlich belangt zu werden..

Eine Hinweistafel (z.B. Benützen verboten. Jede Haftung für Unfälle wird abgelehnt) reicht nicht. Wirksamer ist es, das Grundstück einzuzäunen, so haben Unbefugte keinen Zutritt.

Nicht nur unsachgemässer Aufbau oder falsche Wartung können mögliche Quellen für Un- und Rechtsfälle sein, auch falsche Benützung kann eine Rolle spielen. Gefordert bezüglich Aufsicht sind nicht nur diejenigen Personen, die Trampoline aufstellen, sondern selbstverständlich auch die Erziehungsberechtigten der «fremden» Kinder. Grundsätzlich sollten Erwachsene die Kinder beim Trampolinspringen instruieren und beaufsichtigen.

Letztlich hängt es immer von den konkreten Umständen des Einzelfalls ab, ob überhaupt und wenn ja wer nach einem Trampolinunfall zivilrechtlich haftet und /oder strafrechtlich verantwortlich ist (Gerichtsentscheid).

IV. Normen

Für private Garten- und Spielzeug-Trampoline gibt es (noch) keine Sicherheitsnormen. Trampoline für Training und Wettkampf zählen zu den Turngeräten und sind in der Schweizer Norm SN EN 13219 „Turngeräte – Trampoline – Funktionelle und sicherheitstechnische Anforderungen, Prüfverfahren“ beschrieben.

