

bfu-Sicherheitstipp «Freizeittrampoline»

Fitnessstrampoline, Gartentrampoline, Minitrampoline, Trampoline

Fitness-, Garten- und Minitrampoline sind beliebte Freizeitgeräte. Ihre Gefährlichkeit hängt davon ab, wie sie benutzt werden. Die meisten Unfälle erleiden Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 4 und 15 Jahren.

Unfallursachen sind gefährliche Sprünge wie z. B. Saltos und unkoordinierte Stürze durch Überanstrengung, Zusammenstösse mit anderen Personen, Kontakt mit Trampolinfedern oder dem -rahmen sowie das Hinunterspringen statt Absteigen. Gefährdet sind vor allem Hals, Arme, Beine, Kopf und Gesicht. Ein Gartentrampolin muss richtig aufgestellt (2 Meter Abstand zu Hindernissen), gewartet und unterhalten werden.

Wichtig: Neu gekaufte Trampoline sollten gemäss Norm SN EN 71-14:2015-03 (Trampoline für den häuslichen Gebrauch) mit einem Fangnetz ausgerüstet sein.

Tipps:

- Benützen Sie ein Trampolin mit einem Fangnetz.
- Stellen Sie sicher, dass sich nur eine Person auf dem Trampolin befindet.
- Beaufsichtigen Sie Kinder beim Springen.
- Springen Sie nicht vom Trampolin auf den Boden und vermeiden Sie risikoreiche Sprünge wie Saltos, usw.
- Springen Sie barfuss oder in Gymnastik- und leichten Turnschuhen mit dünnen Sohlen.
- Stellen Sie Regeln auf und legen Sie regelmässig Pausen ein.
- Kontrollieren Sie das Trampolin regelmässig und ersetzen Sie abgenutzte, überbeanspruchte oder fehlende Teile.

Sie finden die Broschüre «Trampolinspringen – Sicher springen, sicher landen» auf www.bestellen.bfu.ch.

