



Termin

Freitag, **24.04.2026** (Anreise: 24.04.2026 bis 18:00 Uhr) bis
Sonntag, **26.04.2026** (Abreise: 26.04.2026, ca. 16:00 Uhr)

Kursort

76855 Annweiler am Trifels

Unterbringung

Zeltplatz am Turnerjugendheim Annweiler,
Turnerweg 60, 76855 Annweiler

Kosten

Kursgebühr: 269,00 €

Zielgruppe

Erlebnispädagog*innen und Freizeitsportler*innen,
Dozent*innen

Trainer

- **Tobias Otto**, Fachausbilder Erste Hilfe Outdoor (DRK), Sozialpädagoge, Erlebnispädagoge (BVkE)
- **Mario Erzberger**, Erzieher, Erlebnispädagoge (BVkE), Klettertrainer, Schluchtenführer, ACA Instructor

Ansprechpartner für organisatorische Fragen

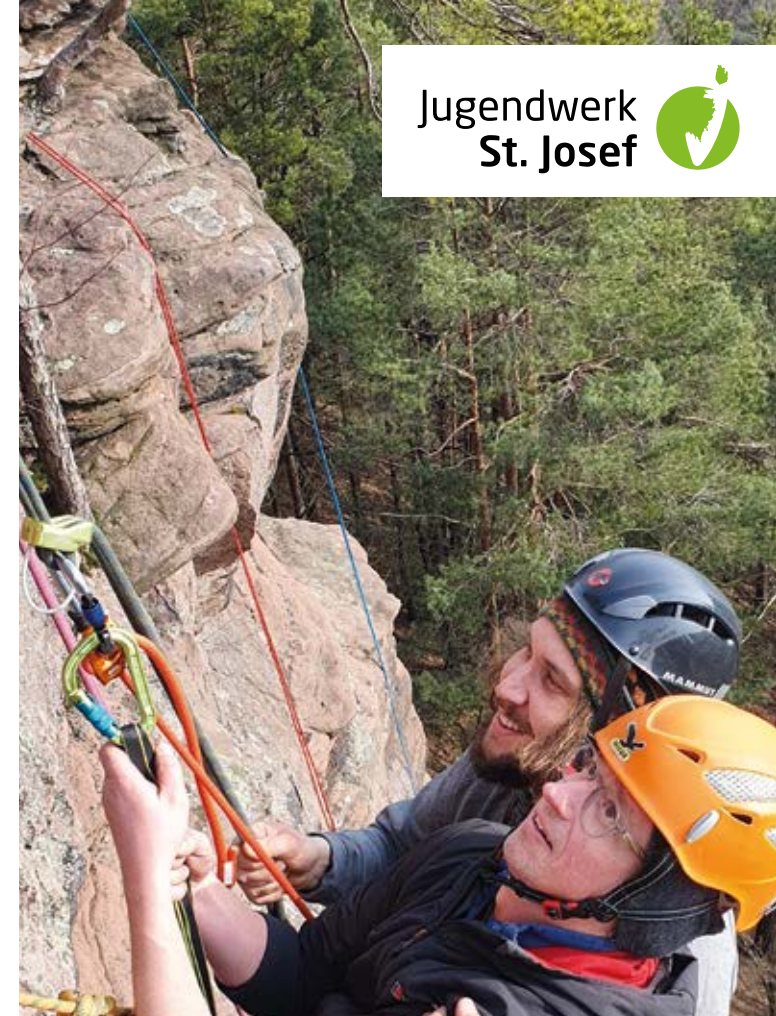
Lilot Daum, Jugendwerk St. Josef

- Tel.: 06341 984 1004
- E-Mail: BvkEWeiterbildungEP@jugendwerk-st-josef.de

Informationen und Anmeldung unter

- BvkEWeiterbildungEP@jugendwerk-st-josef.de
- Post: Jugendwerk St. Josef,
Queichheimer Hauptstraße 231, 76829 Landau

Kursnummer: 1HO26



Erste Hilfe Outdoor Kurs
24. bis 26. April 2026
in Annweiler/Pfalz

Unsere Partner:



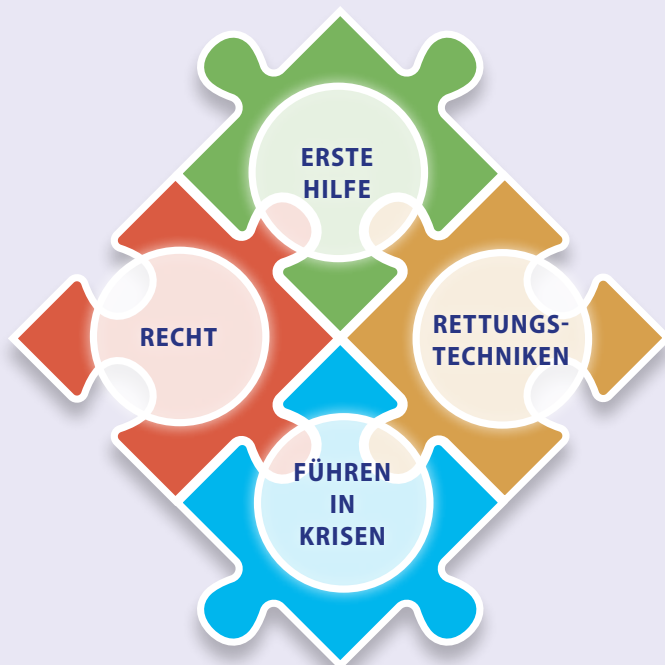
ERSTE HILFE OUTDOOR KURS

24. bis 26. April 2026

Fit für den Notfall beim Wandern, Klettern, Paddeln, Mountainbiken und anderen erlebnispädagogischen Aktivitäten? Du möchtest gewappnet sein, den Überblick behalten und die richtigen Entscheidungen treffen?

Wir stellen den Ernstfall nach und bringen die Theorie sofort in die Praxis am Felsen oder auf dem Trail! Nach dem Kurs wirst Du in der Lage sein mit Unterkühlung, Verletzungen, Atemnot, Brüchen, Panikattacken, Zecken und vielen anderen Notfällen umzugehen. Bei dem Outdoor Erste Hilfe Kurs lernst du, im Notfall ruhig zu bleiben, die richtigen Prioritäten zu setzen, Aufträge zu delegieren, die Gruppe zu führen und erfolgreich Erste Hilfe zu leisten. Darüber hinaus erwirbst du den offiziellen Erste Hilfe Schein des Deutschen Roten Kreuzes (DRK). Dieser gilt als Voraussetzung für die Weiterbildung Erlebnispädagogik (BvKE).

BESONDERHEITEN DES KURSES



KURSABLAUF TAG 1

- Begrüßung & Einführung
- Vorstellungsrunde
- Fallbeispiel
- Besonderheiten EHO
- Rechtliche Grundlagen
- Prävention & Notfallmanagement



KURSABLAUF TAG 2

- Prävention in der Praxis
- Allgemeine EH Maßnahmen
- Notruf im Gelände
- Grundlagen der Wundversorgung
- Verletzungen des Bewegungsapparates & SHT
- Rettung aus Fels & steilem Gelände; wahlweise Retten am See/Kanu
- Verbrennungen
- Erste Hilfe Ausrüstung



KURSABLAUF TAG 3

- Lebensbedrohliche Zustände
- Marschblasen
- Sonnenstich & Hitzschlag
- Unterkühlung
- Absichern der Unfallstelle
- Stationsübung auf dem MTB Trail (Rettung & Transport, Helmabnahme, Hyperventilation)
- Atemnot
- Stiche & Allergien
- Zecken
- Offene Fragen
- Lehrgangsabschluss

