

### **Lehrgangsplan Modul Absturzsicherung**

Lehrgangsleiter: Arnold Marco

Ausbildungsort: FwGH Grafenwöhr

#### **Freitag, 08.05.2026**

<b>Zeit</b>		<b>Thema</b>
18:00 – 18:45 Uhr	U	Begrüßung, Aufgaben, Möglichkeiten und Grenzen beim Einsatz in absturzgefährdeten Bereichen
18:45 – 19:30 Uhr	U	Sturzphysik / Hängetrauma
19:30 – 19:45 Uhr	Pause	
19:45 – 20:30 Uhr	U	Material und Gerätekunde
20:30 – 21:15 Uhr	U	Wartung und Pflege

#### **Samstag, 09.05.2026**

08:00 – 08:45 Uhr	U	Festpunkte
08:45 – 09:30 Uhr	U	Einsatzvarianten / Unfallverhütung
09:45 – 10:30 Uhr	U	Knotenkunde
10:30 – 11:15 Uhr	P	Knotenkunde
11:15 – 12:00 Uhr	P	Knotenkunde
12:45 – 13:30 Uhr	P	Halten und Rückhalten
13:30 – 14:15 Uhr	P	Retten und Selbstretten
14:30 – 15:15 Uhr	P	Retten und Selbstretten
15:15 – 16:00 Uhr	P	Retten und Selbstretten

#### **Freitag, 15.05.2026**

18:00 – 18:45 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich
18:45 – 19:30 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich
19:30 – 19:45 Uhr	Pause	
19:45 – 20:30 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich
20:30 – 21:15 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich

#### **Samstag, 16.05.2026**

08:00 – 08:45 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich
08:45 – 09:30 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich
09:45 – 10:30 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich
10:30 – 11:15 Uhr	P	Sichern im absturzgefährdeten Bereich
11:15 – 12:00 Uhr	P	Überprüfen der Ausrüstung
12:45 – 13:30 Uhr	P	Prüfung Praxis/Theorie
13:30 – 14:15 Uhr	P	Prüfung Praxis/Theorie
14:30 – 15:15 Uhr	U	Abschlussbesprechung