OÖNachrichten
Oberösterreichische Nachrichten
22-05-2019
Seite: 19
Land: Österreich
Region: Oberösterreich
Auflage: 128.266
Reichweite:
Artikelfläche: 19346 mm²
Skalierung: 100%
Artikelwerbewert: 3561.60

Tipps für sicheres Trampolinspringen

Gut 10.000 Kinder landen österreichweit jährlich mit Verletzungen im Spital

Trampolinspringen ist bei Kindern beliebt, aber nicht ganz ungefährlich. Unfallmediziner haben darauf aufmerksam gemacht, dass österreichweit jährlich rund 10.000 Kinder nach einem Trampolinunfall im Spital landen. „Seit dem Beginn des Trampolinbooms im Jahr 2005 steigen die Zahlen kontinuierlich an", schilderte Holger Till, Präsident der Vereins „Große schützen Kleine" und Primar der Grazer Uniklinik für Kinder- und Unfallchirurgie, die aktuelle Situation.

Die Palette der Verletzungen reiche dabei von Brüchen über Verstauchungen und Bänderrisse bis hin zu Verletzungen der Wirbelsäule und des Kopfes. „Wir wollen Eltern und Kindern den Spaß am Springen nicht verderben, die Bewegung am Trampolin ist jedenfalls positiv zu bewerten. Sie unterstützt Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit", so Till. Für Kinder unter drei Jahren sei das Trampolin aber nicht zu empfehlen, „die Knochen halten das noch nicht aus", so die Experten. Viele Unfälle ließen sich vermeiden, wenn ein paar Regeln eingehalten werden.



Vorsicht beim Springen! (colourbox)

WAS DIE EXPERTEN RATEN

- Vor allem ist es wichtig, dass immer nur ein Kind hüpft, um Zusammenstöße zu vermeiden.
- Unbedingt sollten eine Federpolsterung rund um das Sprungnetz und ein Sicherheitsnetz vorhanden sein und diese regelmäßig auf Schäden überprüft werden.
- Die Stellfläche sollte unbedingt eben und hart sein, sagt der Grazer Trampolintrainer Dieter Hayn, Autor des Buches „Sicher Trampolinspringen".
- Kinder, die mit dem Trampolinspringen beginnen, sollten zuerst lernen, wie man sicher landet. Erste Saltoversuche niemals ohne professionelle Hilfe!

META Communication International
Zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG.
Anfragen zu weiteren Nutzungsrechten an den Verlag oder Ihren Medienbeobachter