



Førstehjælpkursus d. 14.02.2010

HFK, DFF og Københavns Omegns Idrætssammenslutninger arrangerer 6 timers kursus i førstehjælp for medlemmer af sjællandske fægteklubber.



**HELLERUP
FÆGTE-KLUB**

STIFTET 1944

GAVE: Hver klub som deltager modtager en lille førstehjælpstaske af DFF!

Tid: 14.02.10. kl. 12-18. 6 timer.

Sted: Hellerup Fægte-Klub, Strandparksvej 46, 2900 Hellerup

Indhold: Vekselvirkninger mellem teori og praktiske øvelser. Kurset tager udgangspunkt i de ulykker, som man kan blive udsat for under almindelig idrætsudøvelse, samt ulykker, som generelt kan opstå grundet pludselig sygdom, hjertestop mv. Hertil kommer et fokus på skader, som kunne relatere sig til våben.

Målgruppe: Trænere, instruktører, ledere, fægtere og forældre. Alle er velkomne fra alle klubber på Sjælland. Det skader aldrig at kende til førstehjælp! Det er både gavnligt i fægtning og i resten af livet.

Udbytte: Formålet med dette 6-timers kursus i førstehjælp er, at deltagerne tilegner sig færdigheder, således at de er i stand til at holde liv i/genoplive personer i de vigtige minutter lige efter en ulykke eller pludselig opstået sygdom, indtil læge eller redningspersonale overtager ansvaret.

Bemærkninger: Der indgår øvelser, som skal udføres på gulvet. Medtag derfor tæppe/håndklæde eller træningstøj eller andet "ikke pænt" tøj.

Pris: 0 kr. HFK og DFF giver pizza undervejs.

Medbring: evt. et tæppe til at lægge på gulvet.

Minimum 10 deltagere. Max 20 deltagere

Tilmelding: DFF Breddekonsulent Øst/org Martin Wiuff på 50536314 / 88388095 eller martin_wiuff@hotmail.com. Sidste frist d. 06.02. 2010.

**Kurset sponseres af KØBENHAVNS OMEGNS
IDRÆTSSAMMENSLUTNINGER, KAI, og TRYGFONDEN**