

# PRESSEMELDUNG

Deutsche Feuerwehr Sportföderation e.V.



---

## **Erstmals Prüferlehrgang für das deutsche-Feuerwehr-Fitness-Abzeichen in Marburg an der Lahn**

**Am vergangenen Wochenende richtete die Deutsche-Feuerwehrsportföderation erstmals einen Prüfberechtigten-Lehrgang für das Deutsche-Feuerwehr-Fitnessabzeichen in Marburg an der Lahn aus.**

Die Einsatzkräfte der Freiwilligen Feuerwehr sind im Einsatz mitunter erheblichen physischen und psychischen Belastungen ausgesetzt. Nur sportlich fitte Feuerwehrleute sind in der Lage diesen Ansprüchen auf Dauer ohne gesundheitliche Einschränkungen standzuhalten. Erfolgreich „Retten, Löschen, Bergen, Schützen“ können ebenfalls nur gut trainierte Einsatzkräfte. Eine Umfassende Sport-, Fitness- und Gesundheitsförderung ist daher eine unverzichtbare Notwendigkeit für die Feuerwehr.

Das Deutsche Feuerwehr-Fitness-Abzeichen ist das Sportleistungsabzeichen der Feuerwehren und wird von der Deutschen Feuerwehr-Sportföderation e.V. in den Stufen Bronze, Silber und Gold verliehen. Wobei Bronze die erforderlichen physischen Mindestanforderungen für den Einsatzdienst definiert. Es bietet den Feuerwehrangehörigen die Möglichkeit, die eigene körperliche Fitness in Bezug auf den Feuerwehreinsatzdienst zu überprüfen und kann als roter Faden in die Gestaltung des Dienstsportes einfließen.

Um das Abzeichen zu erlangen sind vom Teilnehmer sportliche Leistungen in den feuerwehrrlevanten Bereichen Ausdauer, Kraft und Koordination nachzuweisen. Hierbei kann zwischen verschiedenen Einzeldisziplinen wie z.B. 5000m Lauf, Schwimmen oder Bankdrücken und verschiedenen Koordinationsparcours frei ausgewählt werden. Es muss jedoch jeweils eine Disziplin aus den drei Gruppen erfolgreich absolviert werden.

Ziel des erstmals in Marburg durchgeführten Lehrgangs war es den Teilnehmern das erforderliche Rüstzeug mitzugeben um zukünftig eigenständig Trainings- und Abnahmen des Fitnessabzeichens am eigenen Standort durchführen zu können. Gleichzeitig konnte jeder Lehrgangsteilnehmer das Abzeichen selbst ablegen um ein Gespür für die geforderten Leistungen zu bekommen.

Das Tagesseminar wurde vom Landessportreferenten der hessischen Berufsfeuerwehren Björn Hillß angeleitet und richtete sich in erster Linie an die Mitglieder der Marburger Feuerwehren. Aufgrund der bundesweiten Coronabedingten zweijährigen Zwangspause im Feuerwehrsport bestand auch außerhalb Marburgs ein großes Interesse am Lehrgang, so dass auch Einsatzkräfte aus anderen Bundesländern, die zum Teil recht weite Anreise nach Marburg antraten.

Demografischer Wandel und negative gesellschaftliche Trends hin zu Bewegungsmangel und Übergewicht betreffen auch zunehmend die Freiwilligen Feuerwehren. Die Sport- und Gesundheitsförderung nimmt daher einen immer wichtigeren Stellenwert ein. Aufgrund seiner zentralen Lage und der hervorragenden Sportanlagen sollen zukünftig verstärkt Lehrgänge der Sportföderation in Marburg angeboten werden.

# PRESSEMELDUNG

Deutsche Feuerwehr Sportföderation e.V.



---

## Über die Deutsche-Feuerwehr-Sportföderation e.V. (DFS):

Die **Deutsche Feuerwehr-Sportföderation (DFS)** ist der Sportverband der Deutschen Berufsfeuerwehren, mit Sitz in Solingen.

Aufgabe der DFS ist die Förderung des Gesundheits- und Breiten- und Feuerwehrsports zur Erhaltung der für den Feuerwehrdienst erforderlichen körperlicher Leistungsfähigkeit der Einsatzkräfte der Feuerwehr.

Die DFS richtet gemeinsam mit der Arbeitsgemeinschaft der Leiter der Berufsfeuerwehren im Deutschen Städtetag (AGBF) Feuerwehr-Mannschafts- und Einzelmeisterschaften auf Landes-, Regional- und Bundesebene aus.

Als Spitzenverband stellt und unterstützt die DFS Feuerwehr Nationalmannschaften in den Disziplinen Fußball, Volleyball, Triathlon, Laufen, Retten- und Schwimmen und Tischtennis.

Der Verband organisiert und koordiniert das Deutsche-Feuerwehr-Fitness-Abzeichen (dFFA) und das Deutsche-Feuerwehr-Rettungsschwimmabzeichen (dFRA).

Kontakt: **1. Vorsitzender DFS e.V.**  
Kai Wohlsen  
Feuerwehr Lübeck  
Bornhövedstraße 10  
23554 Lübeck  
E-Mail: [1.Vorsitzender@dfs.feuerwehrsport.org](mailto:1.Vorsitzender@dfs.feuerwehrsport.org)

**Geschäftsstelle DFS e.V.**  
Eibenweg 7  
42651 Solingen  
Telefon: 0212 2308929  
Telefax: 0212 2308412  
E-Mail: [info@dfs.feuerwehrsport.org](mailto:info@dfs.feuerwehrsport.org)

[www.dfs.feuerwehrsport.org](http://www.dfs.feuerwehrsport.org)