

## Du hast Interesse? Dann komm vorbei!

Als aktives Mitglied einer Einsatzabteilung der Freiwilligen Feuerwehr Seeheim-Jugendheim kannst Du gerne bei uns einsteigen und mitmachen. Deine Wehrführung ist bitte über die Teilnahme zu informieren.

Einfach mal vorbeischaun, ob es was für Dich ist.



### Training

findet wöchentlich mittwochs um 19.30 Uhr und zusätzlich ab Ende Februar sonntags um 14.30 Uhr an der Stützpunktfeuerwehr Seeheim statt.

Die Vorbereitungen und Mannschaftsaufstellung für die Wettbewerbsteilnahmen beginnen jeweils ab Januar.

Darüber hinaus treffen wir uns am 3. Mittwoch im Monat zu unserem Stammtisch der aktiven und ehemaligen Mannschaftsmitglieder. Jährlich veranstalten wir ein Trainingswochenende, eine gemeinsame Städtereise sowie unser Abschluss- und Planungswochenende im „Sprendlinger Haus“ in Steigerts.

## theoretisch vorbereitet?

Nicht nur die praktischen Feuerwehrtechniken und der Sport stehen bei uns im Vordergrund, sondern auch die theoretische Inhaltsvermittlung.

In unserem Lernportal **FeuerwehrFragen** besteht die Möglichkeit sich online intensiv auf die Hess. Feuerwehrleistungsübung vorzubereiten, aber auch für Lehrgänge bieten wir hier umfangreiche Fragesammlungen für die Prüfungsvorbereitung an.



### Kontakt

Rainer Schulz: 0160 96768769

E-Mail: [kontakt@leistungsmannschaft.de](mailto:kontakt@leistungsmannschaft.de)

[facebook.com/Leistungsmannschaft](https://facebook.com/Leistungsmannschaft)

[leistungsmannschaft.de](http://leistungsmannschaft.de)

# mehr Feuerwehr?



**Leistungsmannschaft  
Seeheim-Jugendheim**

# Leistungen vergleichen?

## Hessische Feuerwehrleistungsübung

Die jährliche Teilnahme am Kreisentscheid zum Leistungsvergleich mit anderen Feuerwehren aus unserem Landkreis ist seit Jahrzehnten unsere Herausforderung. Daneben gehört der Erwerb des persönlichen Hessischen Leistungsabzeichens in sechs Stufen dazu.



Die Vornahme eines realistischen Löschangriffs mit Menschenrettung bildet den praktischen Teil der Übung ergänzt von einer theoretischen Fragebogen-Prüfung aus allen Gebieten des Feuerwehrwissens.

# Richtiger Wettkampfgeist?

## Internationaler traditioneller Feuerwehrwettbewerb nach CTIF

Neben dem Erwerb des Bundesleistungsabzeichens und dem Hess. Feuerwehrleistungsabzeichen CTIF kommt es beim Internationalen Feuerwehrwettbewerb auf Schnelligkeit, Teamgeist und fehlerfreies Arbeiten in zwei praktischen Teilen an.

Es gilt einen Löschangriff mit Wasserentnahme offenes Gewässer und die Vornahme von zwei C-Rohren vorzunehmen und in einem feuerwehrtypischen 400-Meter-Hindernislauf den richtigen Wettkampfgeist im internationalen Vergleich umzusetzen.



# Fit für den Feuerwehrdienst?

## Wöchentliches Konditionstraining



Um uns für die Wettbewerbe aber insbesondere für unser Einsatzgeschehen auch körperlich fit zu halten, treffen wir uns wöchentlich zu einem Konditionstraining.

Mit verschiedenen erfolgreich erprobten Workouts angelehnt an das Firelete-Programm von feuerwehrfitness.com, dem Deutschen Feuerwehr-Fitness-Abzeichen und dem Atemschutz-Leistungstest (Finnentest) trainieren wir gemeinsam in unterschiedlichen Leistungsstufen die körperliche Kondition und Kraft.