TC WEISSENHOF E.V.

Lebensretter am Netz

Reanimations-Training für Mitglieder

MAX. 25 PLÄTZE ★ JETZT ANMELDEN ★

ab 13 Jahren

1

PRÜFEN

Bewusstlos? Atmung prüfen

112

RUFEN

Notruf 112, Lautsprecher an

♥

DRÜCKEN

5–6 cm tief, 100–120 Mal pro Minute

Ein Herz-Kreislauf-Stillstand kann jeden treffen – auch auf dem Tennisplatz. In den ersten Minuten zählt jede Hand. Gemeinsam trainieren wir an modernen Übungspuppen, was im Ernstfall Leben rettet – praktisch und ohne Vorkenntnisse. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Wann	Sonntag, 6. Dezember 2026 · 14:30 Uhr
Wo	Mehrzweckraum
Für wen	Alle Mitglieder ab 13 Jahren – auch Eltern sind herzlich willkommen
Mit	Christiane Abel & Sarah Rehm

Maximal **25 Teilnehmende** – bitte meldet euch bis **Freitag, 27.11.2026** über die **Club-App** an.

Zwei Hände können ein Leben retten. Seid dabei!