



First aid – first class!

Erste-Hilfe- und Wedeltraining in einer Schulung

Sicher, souverän und professionell im Saunaalltag

Diese Inhouse Schulung richtet sich an alle Saunamitarbeiterinnen und Saunamitarbeiter, die ihre Handlungssicherheit stärken und mit einem guten Gefühl durch den Arbeitsalltag gehen möchten.

Ziel ist es, Ängste und Unsicherheiten abzubauen – durch fundiertes Wissen und gezieltes Training für den Ernstfall. Sie lernen, wie Sie in Notfallsituationen schnell, kompetent und ruhig reagieren – zum Wohl und zur Sicherheit Ihrer Gäste.

Darüber hinaus vermitteln wir Ihnen die **Grundlagen professioneller Wedeltechniken**. Diese lassen sich leicht in Ihre Aufgüsse integrieren und tragen spürbar zur Entspannung und zum Wohlbefinden der Badegäste bei.

Der Seminarablauf im Überblick:

◆ *Tag 1* – Theorie & Grundlagen:

Erste Hilfe in der Sauna, rechtliche Rahmenbedingungen, professionelle Dokumentation, Umgang mit Zwischenfällen und Einführung in verschiedene Wedeltechniken – inklusive Tipps zur Aufgussdramaturgie für ein rundum gelungenes Erlebnis.

◆ *Tag 2* – Praxis pur:

Im realen Saunabereich setzen Sie das Erlernte direkt um. Gemeinsam trainieren wir konkrete Abläufe, optimieren Techniken und bereiten Sie ideal auf den Arbeitsalltag vor – praxisnah, realistisch und effektiv.

Seminarleitung: Oliver Wodnik, Dozent für Rettungslehre

Olaf Wimmer, Aufgustrainer Deutscher Sauna-Bund

