

## Prüfungsbedingungen für das D R S A in Gold

Namen Kursbezeichnung						
300m Flossenschwimmen in höchstens 6 Minuten, davon 250m in Bauch- oder Seitenlage und 50m Schleppen, Partner in Kleidung (Achselerschleppgriff)						
300m Schwimmen in Kleidung in höchstens 9 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden						
100m Schwimmen in höchstens 1:40 Minuten						
30m Streckentauchen, dabei Heraufholen von 10 kleinen Ringen oder Tellern, die auf einer Strecke von 20m in einer höchstens 2m breiten Gasse verteilt sind; mindestens 8 Stück aufsammeln						
Dreimal Tieftauchen in Kleidung innerhalb 3 Minuten; das erste mal mit einem Kopfsprung, anschließend je einmal kopf- und fußwärts von der Wasseroberfläche mit gleichzeitigem Heraufholen von jeweils zwei 5 kg-Tauchringen oder gleichartigen Gegenständen, die etwa 3m voneinander entfernt liegen (Wassertiefe zwischen 3-5m)						
50m Transportschwimmen; beide Partner in Kleidung; Schieben in höchstens 1:30 Min.						
Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus Halsumklammerung von hinten und Halswürgegriff von hinten						
Kombinierte Übung (beide Partner in Kleidung), die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist: 25m Schwimmen in höchstens 30 Sekunden; Abtauchen auf 3-5m Tiefe, Heraufholen eines 5kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen; Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff; 25m Schleppen in höchstens 60 Sekunden mit einem Fesselschleppgriff; Anlandbringen des Geretteten; 3 Minuten Vorführung der Atemspende am Phantom						
Handhabung folgender Rettungsgeräte: Retten mit Rettungsball und Leine: 12m Weitwerfen in einen Zielsektor mit 3m Öffnung in 12 m Entfernung; 6 Würfe innerhalb von 5 Minuten, davon 4 Treffer; Retten mit Rettungsgurt und Leine (als Schwimmer und Leinenführer)						
Handhabung gebräuchlicher Wiederbelebungsgeräte						
Nachweis folgender Kenntnisse: Wiederbelebung (Atemspende); Erste Hilfe Maßnahmen; Das DRK: Organisation, Aufgaben unter besonderer Berücksichtigung des Rettungsdienstes						
Nachweis der erfolgreichen Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Lehrgang, nicht älter als 3 Jahre.						