Deutsches Rettungsschwimmabzeichen

Prüfungs- und Gebührenliste

Mindestalter: 14 Jahre

Mit Sicherheit am Wasser.

Lfd. Nr.	Name	1 400 m Schwimmen in max. 15 Min. (50 m Kraul, 150 m Brust, 200 m Rücken mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit)	2 300 m Kleiderschwimmen in max. 12 Min, anschließend im Wasser entkleiden	3 Sprung aus 3 m Höhe	4 25 m Streckentauchen	5 3 x Tieftauchen (2 x Kopf- und 1 x fußwärts) innerhalb von 3 Min., dabei 3 x Herausholen 5-kg-Gegenstand, Wassertiefe 3–5 m	6 50 m Transportschwimmen in max. 1:30 Min. (Schieben o. Ziehen)	7 Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Befreiung aus – Halsumklammerung von hinten – Halswürgegriff von hinten	8 50 m Schleppen (beide Partner/innen bekleidet) in max. 4 Min., je ½ Strecke Achsel- u. (Standard-) Kopf-, Fesselschlepp- o. Seemannsgriff	9 Handhabung u. praktischer Einsatz eines Rettungsgeräts (z. B. Gurtretter, Wurfleine o. Rettungsring)	10 Kombinierte Übung: Sprung ins Wasser (Kopf- o. Startsprung), 20 m Anschwimmen in Bauchlage, Abtauchen auf 3–5 m, Heraufholen 5-kg-Gegenstand, diesen anschl. wieder fallen lassen. Lösen aus Umklammerung durch Befreiungsgriff, Schleppen 25 m, Sichern der/des Geretteten, Anlandbringen, Vorführen HLW 3 Min.	11 Theoretische Kenntnisse: Gefahren am u. im Wasser, Rettungsgeräte, Hilfe bei Bade-, Boots- u. Eisunfällen (Selbst- u. Fremdrettung), Vermeidung von Umklammerungen, Atmung u. Blutkreislauf, Erste Hilfe, Rechte u. Pflichten bei Hilfeleistungen, Aufgaben u. Tätigkeiten der WW	12 Nachweis: Erste-Hilfe-Kurs (Aus- o. Fortbildung), nicht älter als 2 Jahre	13 Prüfungskarte erhalten am:	Silber: Prüfungskarte eingereicht am:	Gebühren: Handbuch Rettungsschwimmen	Gebühren: Lehrbuch Rettungsschwimmen	Gebühren: Urkunde und Abzeichen	Gebühren: Bezahlt Euro
1																				
2																				
3																				
4																				
5																				
6																				
7																				
8																				
9																				
10																				
11																				
12																				
13																				
14																				
15																				

Stempel der zulässigen Stelle

Lehrgang vom _____ bis _____ Nr.: _____

in: _____

_____
Lehrgangsleiter/-in

_____
Datum Unterschrift