

DRSA Gold

Fortsetzung:

- 30 m Streckentauchen, dabei von 10 kleinen Ringen oder Tellern, die auf einer Strecke von 20 m in einer höchstens 2 m breiten Gasse verteilt sind, mind. 8 Stück aufsammeln
- dreimal Tieftauchen in Kleidung innerhalb von 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 3 m voneinander entfernt liegen (Wassertiefe zwischen 3 und 5 m)
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie 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:
 - ↪ Sprung kopfwärts ins Wasser
 - ↪ 25 m Schwimmen in höchstens 30 Sekunden
 - ↪ Abtauchen auf 3 bis 5 m Tiefe und Heraufholen eines 5 kg Tauchrings oder gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
 - ↪ Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
 - ↪ 25 m Schleppen in höchstens 60 Sekunden mit einem Fesselschleppgriff
 - ↪ Sichern und Anlandbringen des Geretteten
 - ↪ 3 Min. Durchführen Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)
- Handhabung von Rettungsgeräten:
 - ↪ Retten mit dem „Rettungsball mit Leine“ oder anderer zum Werfen geeigneter Rettungsgeräte: Zielwerfen in einen Sektor mit 3 m Öffnung in 12 m Entfernung: 6 Würfe innerhalb von 5 Minuten, davon 4 Treffer
 - ↪ Retten mit einem anderen Rettungsgerät
- Handhabung gebräuchlicher Hilfsmittel zur Wiederbelebung

Juniorretter

„Vorbereitende Prüfung auf das Rettungsschwimmen“

Voraussetzungen für den Erwerb:

Das Abzeichen Juniorretter kann frühestens nach Vollendung des 10. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung). Das Deutsche Schwimmabzeichen Gold muss vorliegen.

Die Prüfung besteht aus Theorie und Praxis. Die theoretische Prüfung erfolgt mittels bundeseinheitlicher Fragebögen und umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Maßnahmen der Selbstrettung
- Grundverhalten für die Fremdrettung
- elementare „Erste Hilfe“

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 100 m Schwimmen ohne Unterbrechung, davon
 - ↪ 25 m Kraulschwimmen
 - ↪ 25 m Rückenkraulschwimmen
 - ↪ 25 m Brustschwimmen
 - ↪ 25 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung
- 25 m Schleppen eines Partners mit Achsel-schleppgriff.
- Selbstrettungsübung: Kombinierte Übung in leichter Freizeitbekleidung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - ↪ fußwärts ins Wasser springen danach Schwebelage einnehmen
 - ↪ 4 Minuten Schweben an der Wasseroberfläche in Rückenlage mit Paddelbewegungen
 - ↪ 6 Minuten langsames Schwimmen, jedoch mindestens viermal die Körperlage wechseln (Bauch-, Rücken-, Seitenlage); anschließend die Kleidungsstücke im tiefen Wasser ausziehen
- Fremdrettungsübung: Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - ↪ 15 m in Bauchlage anschwimmen, nach halber Strecke kopfwärts auf ca. 2 m Tiefe abtauchen und zwei kleine Gegenstände (z.B. Tauchringe) herausholen, diese anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen
 - ↪ Rückweg: 15 m Schleppen eines Partners mit Achsel-schleppgriff
 - ↪ Sichern des Geretteten

Herausgeber:

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.

In Niedernfeld 1-3 | 31542 Bad Nenndorf
Telefon: 05723 955 - 0 | Telefax: 955 - 509
E-Mail: info@dlrg.de | dlrg.de

Bankverbindung | Spendenkonto
Volksbank in Schaumburg
IBAN: DE82255914137309000000
BIC: GENODEF1BCK

DLRG - im Niedernfeld 1-3 | 31542 Bad Nenndorf | Nachdruck auch auszugsweise nicht gestattet | Best.-Nr. 54406402



Rettungsschwimmen

Prüfungsbedingungen der DLRG e.V.

DRSA Bronze

Voraussetzungen für den Erwerb:

Das Rettungsschwimmabzeichen Bronze kann frühestens nach Vollendung des 12. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung)

Prüfungsleistungen:

Die Prüfung besteht aus Theorie und Praxis. Die theoretische Prüfung erfolgt mittels bundeseinheitlicher Fragebögen und umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Atmung und Blutkreislauf
- Gefahren am und im Wasser
- Hilfe bei Bade-, Boots- u. Eisunfällen (Selbst- u. Fremdreitung)
- Vermeidung von Umklammerungen
- Hilfe bei Verletzungen, Ertrinkungsunfällen und Hitze- sowie Kälteschäden
- Aufgaben und Tätigkeiten der DLRG

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 200 m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100 m in Bauchlage und 100 m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 100 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- Drei verschiedene Sprünge aus etwa 1 m Höhe (z.B. Paketsprung, Schrittsprung, Startsprung, Fußsprung, Kopfsprung)
- 15 m Streckentauchen
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
- zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, einmal kopfwärts und einmal fußwärts, innerhalb von 3 Minuten mit zweimaligem Heraufholen eines 5 kg Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 2 und 3 m)
- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus Halsumklammerung von hinten und Halswürgegriff von hinten
- 50 m Schleppen, je eine Hälfte mit Kopf- oder Achsel-schleppgriff und dem Standard-Fesselschleppgriff
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - ↻ 20 m Schwimmen in Bauchlage, auf halber Strecke abtauchen auf 2 - 3 m Wassertiefe und Heraufholen eines 5 kg Tauchrings o. eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen u. das Schwimmen fortsetzen
 - ↻ 20 m Schleppen eines Partners
- Demonstration des Anlandbringens
- 3 Min. Durchführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

DRSA Silber

Voraussetzungen für den Erwerb:

Das Rettungsschwimmabzeichen Silber kann frühestens nach Vollendung des 14. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung).

Prüfungsleistungen:

Die Prüfung besteht aus Theorie und Praxis. Die theoretische Prüfung erfolgt mittels bundeseinheitlicher Fragebögen und umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Atmung und Blutkreislauf
- Gefahren am und im Wasser
- Hilfe bei Bade-, Boots- u. Eisunfällen (Selbst- u. Fremdreitung)
- Vermeidung von Umklammerungen
- Erste Hilfe
- Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
- Rettungsgeräte
- Aufgaben und Tätigkeiten der DLRG

Ausführungsbestimmungen:

Zur Ausstellung des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens Silber muss der Nachweis einer Erste Hilfe-Ausbildung oder Erste Hilfe-Fortbildung nach den gemeinsamen Grundsätzen der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe (BAGEH) vorliegen. Diese Voraussetzungen werden auch von einer durch die Qualitätssicherungsstelle Erste Hilfe (QS-EH) der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) ermächtigten Ausbildungsstelle erfüllt. Die Ausbildung oder Fortbildung darf nicht länger als zwei Jahre zurückliegen.

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50 m Kraulschwimmen, 150 m Brustschwimmen und 200 m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- Ein Sprung aus 3 m Höhe
- 25 m Streckentauchen
- Dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopfwärts u. einmal fußwärts innerhalb von 3 Minuten, mit dreimaligem Heraufholen eines 5 kg Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 3 u. 5 m)
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten

DRSA Silber

Fortsetzung:

- Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus Halsumklammerung von hinten und Halswürgegriff von hinten
- 50 m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je eine Hälfte der Strecke mit Kopf- oder Achsel- und einem Fesselschleppgriff (Standard-Fesselschleppgriff oder Seemannsgriff)
- Handhabung und praktischer Einsatz eines Rettungsgerätes (z.B. Gurtretter, Wurfleine oder Rettungsring)
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - ↻ Sprung kopfwärts ins Wasser
 - ↻ 20 m Schwimmen in Bauchlage
 - ↻ Abtauchen auf 3 bis 5 m Tiefe
 - ↻ Heraufholen eines 5 kg Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
 - ↻ Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
 - ↻ 25 m Schleppen
 - ↻ Sichern und Anlandbringen des Geretteten
 - ↻ 3 Min. Durchführen Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)



DRSA Gold

Voraussetzungen für den Erwerb:

Das Rettungsschwimmabzeichen Gold kann frühestens nach Vollendung des 16. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung). Das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen Silber und die Selbsterklärung zum Gesundheitszustand müssen vor Beginn vorliegen.

Prüfungsleistungen:

Die Prüfung besteht aus Theorie und Praxis. Die theoretische Prüfung erfolgt mittels bundeseinheitlicher Fragebögen und umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:

- Gefahren am und im Wasser
- Rettungsgeräte
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremdreitung)
- Vermeidung von Umklammerungen
- Atmung und Blutkreislauf
- Erste Hilfe
- Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
- Organisation und Aufgaben der DLRG

Ausführungsbestimmungen:

Zur Ausstellung des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens Gold muss der Nachweis einer Erste Hilfe-Ausbildung oder Erste Hilfe-Fortbildung nach den gemeinsamen Grundsätzen der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe (BAGEH) vorliegen. Diese Voraussetzungen werden auch von einer durch die Qualitätssicherungsstelle Erste Hilfe (QS-EH) der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) ermächtigten Ausbildungsstelle erfüllt. Die Ausbildung oder Fortbildung darf nicht länger als zwei Jahre zurückliegen.

Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- 300 m Flossenschwimmen in höchstens 6 Minuten, davon 250 m in Bauch- oder Seitenlage und 50 m Schleppen zu schleppender Partner in Kleidung (Kopf- oder Achsel-schleppgriff)
- 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 9 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- 50 m Transportschwimmen, beide Partner in Kleidung: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten
- 100 m Schwimmen in höchstens 1:40 Minuten