




## Deutsches Rettungsschwimmabzeichen

Die Ausbildungs- und Prüfungsbedingungen sind bundeseinheitlich und organisationsübergreifend gültig.

 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen - Bronze -	 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen - Silber -	 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen - Gold -
<b>Mindestalter:</b> 12 Jahre	<b>Mindestalter:</b> 15 Jahre	<b>Mindestalter:</b> 16 Jahre
<b>Voraussetzungen:</b> keine	<b>Voraussetzungen:</b> keine	<b>Voraussetzungen:</b> DRSA-Silber (nicht älter als 3 Jahre)  ärztliches Zeugnis (nicht älter als 1 Jahr)
<b>Anforderungen:</b> 200m Schwimmen in 10min (100m in Bauchlage, 100m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit)  100m Kleiderschwimmen in 4min, anschließend im Wasser entkleiden  3 verschiedene Sprünge aus 1m Höhe  15m Streckentauchen  2x Tieftauchen (kopf- u. fußwärts), Heraufholen eines 5kg-Tauchringes in 3min, Wassertiefe: 2-3m  50m Transportschwimmen (Schieben)  Fertigkeiten zur Befreiung aus Halsumklammerung von hinten und Halswürgegriff von hinten  50m Schleppen je 1/2 Strecke Achselgriff und Fesselschleppgriff nach Flaig  Kombinierte Übung aus 20m Schwimmen, Tieftauchen, 20m Schleppen, Anlandbringen, Durchführung der Atemspende	<b>Anforderungen:</b> 400m Schwimmen in 15min (50m Kraul, 150m Brust, 200m Rücken mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit)  300m Kleiderschwimmen in 12min, anschließend im Wasser entkleiden  Sprung aus 3m Höhe  25m Streckentauchen  3x Tieftauchen (2x kopf- und 1x fußwärts) in 3min, heraufholen je eines 5kg Tauchringes, Wassertiefe: 3-5m  50m Transportschwimmen in 1:30min (Schieben)  Fertigkeiten zur Befreiung aus Halsumklammerung von hinten und Halswürgegriff von hinten  50m Schleppen (bekleidet) in 4min, je 1/2 Strecke Achselgriff und Fesselschleppgriff nach Flaig  Kombinierte Übung aus 20m Schwimmen, Tieftauchen 3-5m, Befreiungsgriff, Schleppen 25m, Anlandbringen, 3min Atemspende, Handhabung gebräuchlicher	<b>Anforderungen:</b> 300 m Flossenschwimmen in höchstens 6 Minuten, davon 250 m in Bauch oder Seitlage und 50 m Schleppen, Partner in Kleidung (Kopf- oder Achselgriff),  300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 9 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden,  100 m Schwimmen in höchstens 1:40 Minuten,  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, mindestens 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),  50 m Transportschwimmen, beide Partner in Kleidung: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten,  Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur

	Wiederbelebungsgeräte	<p>Befreiung aus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Halsumklammerung von hinten,</li> <li>- Halswürgegriff von hinten,</li> </ul> <p>Kombinierte Übung (beide Partner in Kleidung), die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 25 m Schwimmen in höchstens 30 Sekunden,</li> <li>- Abtauchen auf 3 - 5 m Tiefe, Heraufholen eines 5 kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen,</li> <li>- Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff,</li> <li>- 25 m Schleppen in höchstens 60 Sekunden mit einem Fesselschleppgriff,</li> <li>- Anlandbringen des Geretteten,</li> <li>- 3 Minuten Vorführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW),</li> </ul> <p>Handhabung folgender Rettungsgeräte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retten mit Rettungsball und Leine: Weitwerfen in einen Zielsektor mit 3-m-Öffnung in 12 m Entfernung: 6 Würfe innerhalb von 5 Minuten, davon 4 Treffer,</li> <li>- Retten mit Rettungsgurt und Leine (als Schwimmer und Leinenführer), Handhabung gebräuchlicher Hilfsmittel zur.</li> </ul>
<p>Nachweise:</p> <p>keine</p>	<p>Nachweise:</p> <p>Erste Hilfe Lehrgang (nicht älter als 3 Jahre)</p>	<p>Nachweise:</p> <p>Erste Hilfe Lehrgang (nicht älter als 3 Jahre)</p>
<p>Kenntnisse:</p> <p>Gefahren am und im Wasser  Hilfe bei Bade- Boots- und Eisunfällen  Selbst-und Fremdrettung  Vermeidung von Umklammerung  Aufgaben der Wasserwacht</p>	<p>Kenntnisse:</p> <p>Gefahren am und im Wasser  Hilfe bei Bade- Boots- und Eisunfällen  Selbst-und Fremdrettung  Vermeidung von Umklammerung  Aufgaben der Wasserwacht  Rechte u. Pflichten  Rettungsgeräte</p>	<p>Kenntnisse:</p> <p>Vermeidung von Umklammerung, Erste Hilfe,  Die Wasserrettungsorganisationen: Organisation, Aufgaben unter besonderer Berücksichtigung des Wasserrettungsdienstes</p>