

Wie läuft der Kurs ab?

Voraussetzungen:

- Mindestalter: 12 Jahre für Bronze; 15 Jahre für Silber
- Erste-Hilfe Kurs mit 9 UE (nicht älter als 3 Jahre)
- körperliche Fitness und Gesundheit ggf. kann ein ärztliches Attest verlangt werden.

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich bis zum 30. November bei Lehrgangsleiter Markus Slaby (E-Mail: m.slaby@mosbach.dlrg.de oder Telefon: 06261 136379) an. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldungen werden nach ihrem Eingangsdatum berücksichtigt.

Zeiten:

- Ab 05. Dezember 2016: Immer Monats, von 19 - 19:45 Uhr im Hallenbad Mosbach.
- Der Kurs dauert i.d.R. 16 Abende.

Kosten:

- Kurs und Prüfungsgebühr: 30,- € pro Person. Der Betrag ist mit der Anmeldung fällig und wird bei Nicht-Antritt oder Abbruch nicht erstattet.

Noch Fragen?

DLRG Mosbach e.V.

Hospitalgasse 1 · 74821 Mosbach
Tel.: 06261 16781 · Fax: 06266 920044
E-Mail: info@mosbach.dlrg.de
www.mosbach.dlrg.de
www.facebook.com/dlrg.mosbach



Markus Slaby

Lehrgangsleiter

m.slaby@mosbach.dlrg.de



Achim Brück

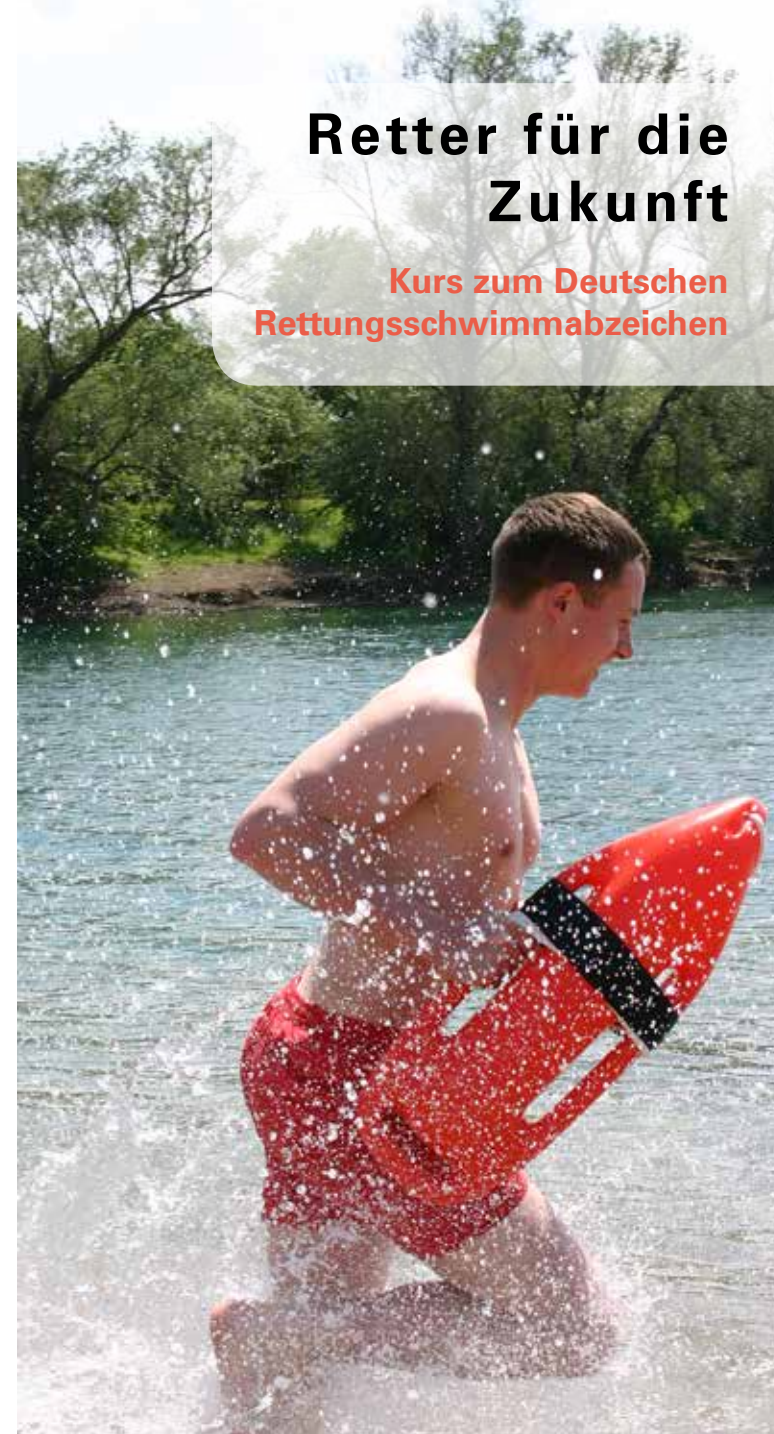
1. Vorsitzender
Ausbilder/ Prüfer
Schwimmen/ Rettungsschwimmen

vorsitzender@mosbach.dlrg.de

V.i.S.d.P.: Markus Slaby - Version 1.1 - Stand: Oktober 2013

Retter für die Zukunft

Kurs zum Deutschen
Rettungsschwimmabzeichen



Wer braucht den Rettungsschwimmer?

Ausgebildete Rettungsschwimmer sind potentielle Lebensretter. Unser Kursangebot richtet sich daher an alle Interessierten. Sport-/ Schwimmlehrer, Jugendleiter, Kanuguides und ähnliche Personengruppen haben oft eine besondere Aufsichts- und Fürsorgepflicht - Ihnen empfehlen wir nicht nur das Erlernen des Rettungsschwimmens, sondern auch das regelmäßige Auffrischen.

Bronze oder Silber?

Das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen in Bronze vermittelt die Grundlagen des Rettungsschwimmens.

Die Stufe Silber ist für alle Personen zu empfehlen die zur Ausübung ihrer Aufsichtspflicht die Rettungsfähigkeit nachweisen müssen (bspw. Lehrkräfte).

Was lerne ich?

Unfallverhütung/ Verhaltensregeln

Das Wasser birgt viele Gefahren - Strömungen, Wellen und Untiefen sind die bekanntesten. In mehreren Unterrichtseinheiten erlernen die angehenden Rettungsschwimmer Gefahren zu erkennen, diese zu vermeiden und sich in Gefahrensituationen richtig zu verhalten.

Rettungstechniken



Vom richtigen Umgang mit den Rettungsgeräten wie Rettungsring, Rettungsleine oder Gurtretter über verschiedene Schlepp- und Transporttechniken wird hier alles vermittelt, was der Rettungsschwimmer im Wasser beherrschen muss.

Einsatztaktik

Wenn etwas passiert ist keine Zeit mehr zum überlegen. Die Teilnehmer lernen, schnell und umsichtig zu handeln. Im Einsatzfall auf Gefahren zu achten und Hilfsmittel zu verwenden - das richtige Vorgehen ist meist entscheidend für den Erfolg des Einsatzes.

Was muss ich können?

Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Bronze

- 200 m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100m in Bauchlage und 100m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 100 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten.
- 3 verschiedene Sprünge aus 1m Höhe
- 15m Streckentauchen
- 50m Transportschwimmen
- 2mal innerhalb von drei Minuten ein 5 kg-Tauchring aus 2 - 3 m hochholen
- 50 m Schleppen
- kombinierte Rettungsübung
- theoretische Kenntnisse

Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Silber

- 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50m Kraul-, 150m Brust- und 200m Rückenschwimmen.
- 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 15 Minuten.
- Sprung aus 3m Höhe
- 25 m Streckentauchen
- 3 mal innerhalb von drei Minuten ein 5kg-Tauchring aus 3 - 5 m hochholen
- 50 m Transportschwimmen in höchstens 1:30 Minuten.
- 50 m Schleppen in Kleidung in höchstens 4 Minuten
- kombinierte Rettungsübung
- theoretische Kenntnisse