

Das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen

Das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen kann von jedem Interessierten bei uns erworben werden. Hierbei sind die Stufen Bronze, Silber und Gold möglich. Die Prüfungsbestimmungen sind wie folgt:



Bronze

Mindestalter: 12 Jahre

- 200m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100m in Bauchlage und 100m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 100m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- 3 verschiedene Sprünge aus etwa 1m Höhe (z. B. Abrenner, Kopfsprung, Paketsprung, Startsprung, Fußsprung)
- 15m Streckentauchen
- 2mal 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)
- 50m Transportschwimmen: Schieben
- Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus der Halsumklammerung von hinten und dem Halswürgegriff von hinten
- 50m Schleppen mit Achselgriff und dem Fesselschleppgriff nach Flaig
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist: 20 m Anschwimmen in Bauchlage, hierbei etwa auf halber Strecke abtauchen auf 2-3 m Wassertiefe und Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen
- 20 m Schleppen eines Partners
- Demonstration des Anlandbringens
- Nachweis folgender Kenntnisse: Gefahren am und im Wasser; Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbst- und Fremdreitung); Aufgaben der DRK-Wasserwacht



Silber (DRSA Silber)

Mindestalter: 15 Jahre

- 400m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50m in Kraulschwimmen, 150m Brustschwimmen und 200m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 300m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- Sprung aus 3m Höhe
- 25m Streckentauchen
- 3mal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopfwärts und einmal fußwärts innerhalb von 3 Minuten mit dreimaligen Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 3 und 5 m)
- 50m Transportschwimmen: Schieben in höchstens 1:30 Minuten
- Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus der Halsumklammerung von hinten und dem Halswürgegriff von hinten
- 50m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je 1/2 der Strecke mit Achsel- und einem Fesselschleppgriff (Schleppgriff nach Flaig oder Seemannsgriff)
- Nachweis der Kenntnisse von Atmung und Blutkreislauf sowie Durchführung der Wiederbelebung
- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist: 20m Anschwimmen in Bauchlage, Abtauchen auf 3-5 m Wassertiefe, Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen, Lösen einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff, 25m Schleppen, Anlandbringen des Geretteten, 3 Minuten Vorführung der Atemspende am Phantom
- Nachweis folgender Kenntnisse: Gefahren am und im Wasser, Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbst- und Fremdreitung), Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen, Rettungsgeräte, Aufgaben der DRK-Wasserwacht
- Nachweis der erfolgreichen Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs nicht älter als 3 Jahre



Gold (DRSA Gold)

Mindestalter: 16 Jahre

- 300m Flossenschwimmen in höchstens 6 Minuten, davon 250m in Bauch- oder Seitenlage und 50m Schleppen, Partner in Kleidung (Kopf- oder Achselgriff)
- 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 Tauchringen oder Tellern, die auf einer Strecke von 20m in einer höchstens 2m breiten Gasse verteilt sind; mindestens 8 Stück aufsammeln
- 3mal 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 eines gleichartigen Gegenstandes die 3m voneinander entfernt liegen (Wassertiefe zwischen 3 und 5m)
- 50m Transportschwimmen, beide Partner in Kleidung: Schieben in höchstens 1:30 Minuten
- Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus der Halsumklammerung von hinten und dem 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 Wassertiefe, Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen, Lösen 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 (12 m Weitwerfen in einen Zielsektor mit 3 m-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, Erste-Hilfe-Maßnahmen, DRK-Wasserwacht: Organisation, Aufgaben unter besonderer Berücksichtigung des Rettungswachdienstes
- Nachweis der erfolgreichen Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs nicht älter als 3 Jahre
- Nachweis der erfolgreichen Prüfung DRSA Silber nicht älter als 3 Jahre