

Name, Vorname:

hat vom:

bis:

am DLRG Lehrgang in

regelmäßig teilgenommen.

Prüfungsleistungen**Erfüllt am****Ausbilder**

theoretische Prüfung (bundeseinheitlicher Fragebogen)

Erste Hilfe (nach den Vorgaben der BAGEH)

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 Achselschleppgriff)

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

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 Herausholen 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 Herausholen 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 Minuten Durchführen der 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 und Retten mit einem anderen Rettungsgerät

Handhabung gebräuchlicher Hilfsmittel zur Wiederbelebung

Ich bestätige, dass die Prüfungsleistungen nach den Vorgaben der Prüfungsordnung Schwimmen/Rettungsschwimmen der DLRG erfüllt wurden.

Name und Nummer des Ausbilders

Ort, Datum, Unterschrift Ausbilder