

# Informationen zum Rettungsschwimmerlehrgang 18.02.- 22.02.2019

Unser diesjähriger Winterferienkurs findet vom 18.02.2019 –22.02.2019 in der Schwimmhalle Süd in Leipzig statt.

- Ort:** Schwimmhalle Süd  
Tarostraße 10, 04103 Leipzig
- Treffpunkt am 1. Tag:** 8:45 Uhr vor der Schwimmhalle
- Gebühren:** 90,00 € Seminargebühren + 35,00 € Prüfungsgebühren
- Mitzubringen sind:** Badebekleidung (nach Möglichkeit keine langen bzw. längeren Badeshorts), Waschzeug, Badeschuhe, Bademantel bzw. T-Shirt o.ä. für zwischendurch, Getränk und kleines Frühstück

Unterrichtsplanung:

- Praxisausbildung „Schwimmen und Retten“ in der Schwimmhalle-Süd Montag bis Donnerstag je 2 Stunden (9:00 – 11:00 Uhr)
- Praxisausbildung „Springen und Tauchen“ und Prüfung in der Sachen-Therme Leipzig, Schongauer Straße, Mittwoch und Freitag 2 Stunden (8:00 – 10:00 Uhr)
- Theorie-Ausbildung „Rettungsschwimmen“ Montag bis Donnerstag (nach Praxisausbildung bis ca. 16:30 Uhr)
- Praktische Prüfung am Freitag 8:00 – 11:00 Uhr
- Theoretische Prüfung am Mittwoch
- Zeugnisausgabe nach bestehen aller Prüfungen und Vorliegen aller Nachweise durch den Wasserwacht KV Leipzig-Land

Jeder Teilnehmer muss am Theoretischen und praktischen Unterricht teilnehmen, sonst kann dieser nicht an der Prüfung am letzten Ausbildungstag teilnehmen. Bei nicht bestandener Prüfung besteht die Möglichkeit der Wiederholung.

Den genauen Ablauf geben wir am ersten Tag bekannt.

## **Inhalt:**

Der praktische und theoretische Inhalt der Ausbildung entspricht den Richtlinien gemäß Rettungsschwimmerabzeichen Bronze und Silber.

Für die Teilnahme an diesem Lehrgang ist ein gültiger Erste-Hilfe-Nachweis, welcher nicht älter als ein Jahr ist, erforderlich. Dieser Lehrgang ist nicht Bestandteil der Rettungsschwimmerausbildung.

## **Anfragen:**

### **Ausbilder „Schwimmen und Retten“**

Ronald Hanns (*Parthebad-Taucha*)

Tel.: 034298 – 130866 Parthebad Funk: 0176 – 23594599

eMail: [info@parthebad.de](mailto:info@parthebad.de)

# Deutsches Rettungsschwimmabzeichen (DRSA)



## - Bronze -

### - Mindestalter 12 Jahre

#### Praktische Prüfung:

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

#### Theoretische Prüfung:

- Atmung und Blutkreislauf
- Gefahren am und im Wasser
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)
- Vermeidung von Umklammerungen
- Hilfe bei Verletzungen und Ertrinkungsunfällen, Hitze- und Kälteschäden
- Aufgaben der Wasserwacht
  
- Nachweis der erfolgreichen Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs nicht älter als 1 Jahr

# Prüfungsleistungen DRSA Silber



Mindestalter: 15 Jahre

- 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50 m in 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
- Sprung aus 3 m Höhe
- 25 m Streckentauchen
- Dreimal 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 2 und 3 m)
- 50 m Transportschwimmen: Schieben in höchstens 1:30 Minuten
- Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus Halsumklammerung und Halswürgegriff von hinten
- 50 m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je 1/2 Strecke mit Achsel- und einem dem 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:
  - 20 m 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
  - 25 m Schleppen
  - Anlandbringen des Geretteten
  - 3 Minuten Vorführung der Atemspende am Phantom
  
- **Theoretische Kenntnisse:**
  - Gefahren am und im Wasser
  - Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)
  - Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
  - Rettungsgeräte
  - Aufgaben des Roten Kreuzes, insbesondere der Wasserwacht und des Wasserrettungsdienste
- Nachweis der erfolgreichen Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs nicht älter als 1 Jahr