



**Intensivlehrgang Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Bronze / Silber  
einschließlich Ausbildung in Erster Hilfe (9UE)**

Termine: Mai 30. Mai. bis 2. Juni 2019

Voraussetzungen: - DRSA-Bronze: Mindestalter 12 Jahre  
- DRSA-Silber: Mindestalter 15 Jahre

Kosten: 90,00 € (einschließlich Erste Hilfe) plus Schwimmbadeintritt

Ablauf des nächsten Lehrgangs:

1. Tag (Feiertag) 30. Mai 2019

9:00 – 12:00 Uhr:	Hallenbad Bornheim	- Schwimm- und Tauchtechniken - Handhabung von Rettungsmitteln - Transport-, Rettungs-, Befreiungsgriffe - Anlandbringen - Streckentauchen, Tieftauchen
13:00 – 18:00 Uhr:	Unterrichtsraum	- Gefahren im Wasser - Verhalten bei Rettungen - winterliche Gewässer, Küstengewässer

2. Tag (Samstag) 1. Juni 2019

09:00 – 12:00 Uhr:	Hallenbad Bornheim	- Anlandbringen - Streckentauchen, Tieftauchen - Kleiderschwimmen - Gesamtablauf einer Rettung
13:00 - 18.00 Uhr:	Unterrichtsraum	- Reanimation - Ursachen des Ertrinkens - Unterkühlung, Hitzeschäden

3. Tag (Sonntag) 2. Juni 2019

9:00 – 12:00 Uhr:	Hallenbad Bornheim	- Beginn der praktischen Prüfung
13:00 - 18:00 Uhr:	Unterrichtsraum	- theoretische Prüfung Rettungsschwimmen - Erste Hilfe-Maßnahmen bei Verletzungen, Erkrankungen und Vergiftungen

falls notwendig: Fortsetzung der praktischen Prüfung jeweils montags 19.00 Uhr im Hallenfreizeitbad Bornheim (die Prüfung muss nach spätestens 3 Monaten abgeschlossen sein).

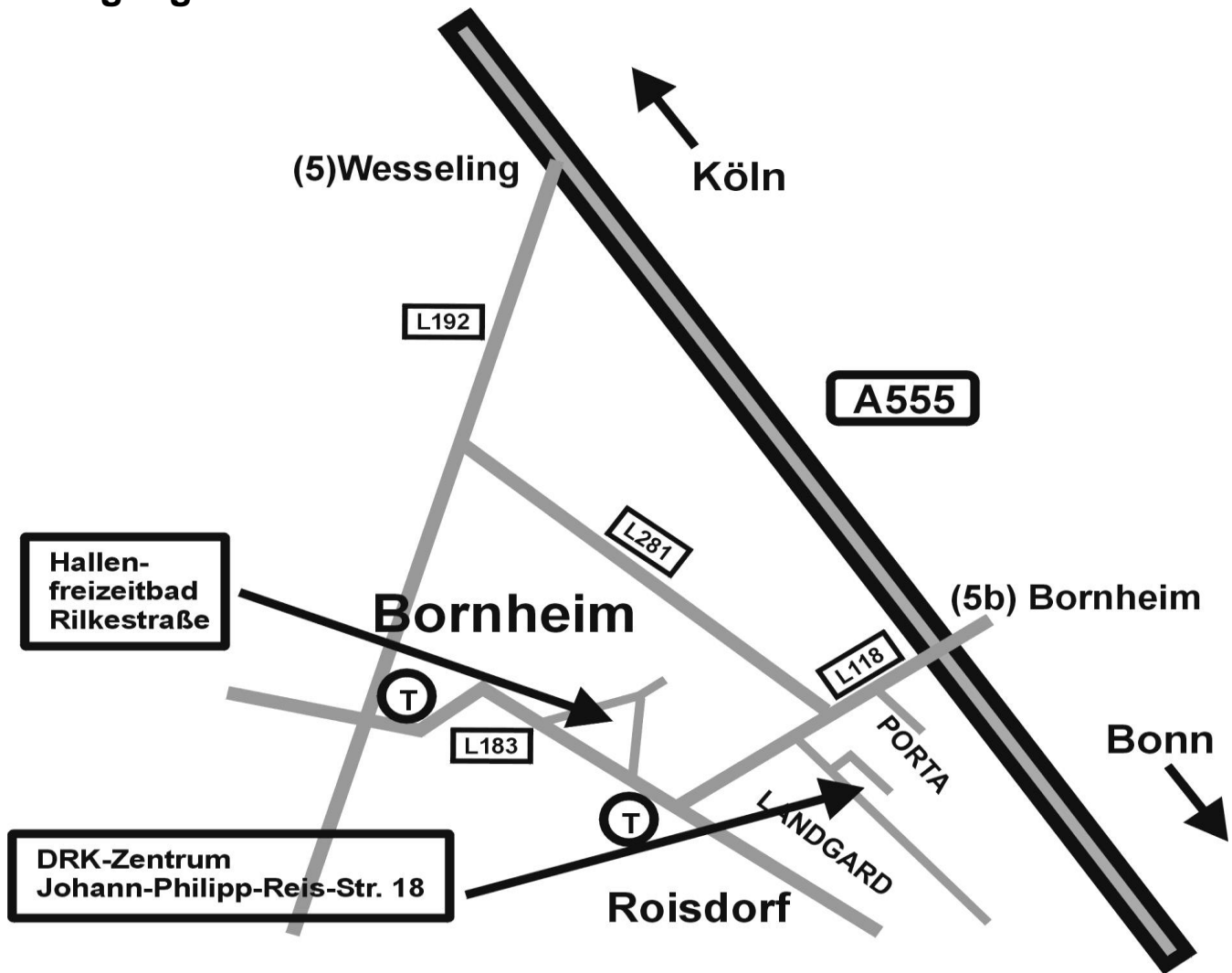
**Änderungen vorbehalten!**

**Bitte bringen Sie zum Lehrgangsbeginn die beigegefügte Bestätigung mit.**

Auskunft und Anmeldung: OV.Bornheim@DRK-Bornheim.de



## Lehrgangsorte:



Während der Mittagspause besteht die Möglichkeit, in einem der nahe liegenden Betriebe einen Imbiss einzunehmen.



### **Prüfungsbedingungen für das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen (DRSA) in Bronze:**

1. 200 m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100 m in Bauchlage und 100 m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
2. 100 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
3. Drei verschiedenen Sprünge aus etwa 1 m Höhe (z. B. Abrenner, Kopfsprung, Paketsprung, Startsprung, Fußsprung)
4. 15 m Streckentauchen
5. Zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, einmal kopfwärts und einmal fußwärts innerhalb von 3 Minuten mit zweimaligen Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 2 und 3 m)
6. 50 m Transportschwimmen: Schieben
7. Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus Halsumklammerung und Halswürgegriff von hinten
8. 50 m Schleppen mit Achselgriff und dem Fesselschleppgriff nach Flaig
9. 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
10. Nachweis folgender Kenntnisse:
  - Funktion von Atmung und Blutkreislauf sowie Durchführung der Wiederbelebung, Gefahren am und im Wasser
  - Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung); Aufgaben der DRK-Wasserwacht

### **Prüfungsbedingungen für das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen (DRSA) in Silber:**

1. 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50 m Kraul, 150 m Brust und 200 m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
2. 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
3. Sprung aus 3 m Höhe
4. 25 m Streckentauchen
5. Dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopfwärts und einmal fußwärts innerhalb von 3 Min. mit dreimaligen Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes
6. 50 m Transportschwimmen: Schieben in höchstens 1:30 Minuten
7. Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerungen sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus Halsumklammerung und Halswürgegriff von hinten
8. 50 m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je 1/2 Strecke mit Achsel- und einem Fesselschleppgriff (Schleppgriff nach Flaig oder Seemannsgriff)
9. Nachweis der Kenntnisse von Atmung und Blutkreislauf sowie Durchführung der Wiederbelebung
10. 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 Wiederbelebung.
11. Nachweis folgender Kenntnisse:
  - Gefahren am und im Wasser
  - Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)
  - Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
  - Rettungsgeräte
  - Aufgaben des DRK, insbesondere der Wasserwacht und des Wasserrettungsdienstes



Bewerber:

Name, Vorname \_\_\_\_\_  
geb. am \_\_\_\_\_ in \_\_\_\_\_  
Straße, Nr. \_\_\_\_\_  
PLZ, Ort \_\_\_\_\_

### **Bestätigung der Sicherheitsbelehrung für Rettungsschwimmlehrgänge durch Bewerber**

Ausgehend von der Erkenntnis, dass im Rahmen der Ausbildung sowie bei Übungen für den Erwerb eines Deutschen Rettungsschwimmabzeichens Gefahren grundsätzlich nicht ausgeschlossen werden können, bin ich / sind wir bereit, die nachfolgenden Sicherheitsregeln und Grundsätze anzuerkennen:

1. Grundlegende Voraussetzung für die Teilnahme an einem Lehrgang zum Rettungsschwimmer in der DRK - Wasserwacht ist die vollständige Gesundheit des Bewerbers. Er wird darauf hingewiesen, dass die durchzuführenden praktischen Übungen (Schwimmen, Tauchen, Rettungsgriffe, Befreiungsgriffe und Anlandbringen von Personen) mit teilweise erheblicher Kraftanstrengung verbunden sein können.  
Es wird daher jedem Teilnehmer empfohlen, eine vorherige ärztliche Untersuchung durchführen zu lassen.  
Der Teilnehmer ist verpflichtet, dem Ausbilder vor und während des Lehrganges sofort Mitteilung zu machen, wenn Grund für die Annahme besteht, dass eine Gesundheitsbeeinträchtigung aufgetreten ist oder auftreten könnte (insbesondere Herz, Ohren, Bandscheibe, Atmungsorgane).
2. Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, sein besonderes Augenmerk auf die Unfallvermeidung zu richten. Dies gilt insbesondere für die praktischen Übungen, bei denen mit bzw. an anderen Personen geübt wird (vor allem Rettungs-, Befreiungs- und Abschleppgriffe).
3. Der Teilnehmer verpflichtet sich, allen Anweisungen der Ausbilder und Übungsleiter, die den Lehrgangsablauf, insbesondere aber die praktischen Übungen betreffen, unbedingt und schnellstmöglich Folge zu leisten.  
Zuständige Ausbilder und Übungsleiter haben das Recht, einen Teilnehmer ganz oder teilweise vom weiteren Lehrgang auszuschließen, wenn  
gesundheitliche oder körperliche Voraussetzungen (vgl. oben Ziffer 1) eines Teilnehmers nicht oder nicht mehr gegeben sind,  
dieser Teilnehmer sich selbst, andere Teilnehmer oder die Ausbilder gefährdet oder Anweisungen der Übungsleiter nicht sofort Folge leistet.

#### **HAFTUNG**

1. Die Haftung aller an einem Lehrgang Rettungsschwimmen beteiligten Ausbilder, Übungsleiter, Ausbildungshelfer sowie sonstiger zu Demonstrationszwecken am Lehrgang beteiligter Personen ist ausdrücklich ausgeschlossen, soweit ihrerseits nicht Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit vorliegen.
2. Die Haftung des Veranstalters sowie der für ihn tätigen Ausbilder, Übungsleiter, Ausbildungshelfer und sonstiger zu Demonstrationszwecken am Lehrgang beteiligter Personen für vom Teilnehmer selbst verschuldete Unfälle ist ausgeschlossen, ein eventuelles Mitverschulden bleibt davon unberührt.
3. Ein Teilnehmer an einem Lehrgang Rettungsschwimmen haftet selbst für alle von ihm bei Ausbildungs- und Übungsmaßnahmen vorsätzlich oder fahrlässig verursachten Schäden oder Unfälle.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Bewerbers

Bei Teilnehmern unter 18 Jahren Unterschrift des Sorgeberechtigten bzw. gesetzlichen Vertreters:

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des ges. Vertreters

Bei minderjährigen Kursteilnehmern bitten wir die Eltern bzw. den gesetzlichen Vertreter, den Teilnehmern den Inhalt und die Bedeutung dieser Teilnahmebedingungen zu erläutern und verständlich zu machen.