

Ausbildung	Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Bronze
Name	Mustermann, Maximilian
Adresse	Musterstraße 42, 26160 Bad Zwischenahn
Geburtsdatum	01.04.2004

Gliederung	DLRG Ortsgruppe Bad Zwischenahn e.V.
Ort, Datum	Bad Zwischenahn, 08.06.2019
Prüfer	Hans Test, 1234567
Reg.Nr.	



Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft

Erklärung	Ort, Datum, Unterschrift	
Ich erkenne die Ausbildungs- und Prüfungsvorschriften der DLRG für die oben genannte Qualifikation an.		
Gesetzlicher Vertreter: Ich erkenne die Ausbildungs- und Prüfungsvorschriften der DLRG für die oben genannte Qualifikation an. Ich bin damit einverstanden, dass mein Sohn / meine Tochter die oben genannte Qualifikation der DLRG erwirbt.		
Voraussetzung	Erfüllt am	Prüfer
Mindestalter 12		
Leistung	Erfüllt am	Prüfer
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)		
15 m Streckentauchen		
zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, einmal kopfwärts und einmal fußwärts, innerhalb von 3 Minuten mit zweimaligem Herausheben 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 Achsel schleppgriff und dem Standard-Fesselschleppgriff		
Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist: 20 m Anschwimmen in Bauchlage, hierbei etwa auf halber Strecke Abtauchen in 2-3 m Tiefe und Herausheben eines 5-kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen, 20 m Schleppen eines Partners		
Demonstration des Anlandbringens		
Vorführung von Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)		
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 DLRG		