



Deutsche Rettungsschwimmabzeichen „DRSA“ Bronze



Einführung

Der Lehrgang vermittelt Grundkenntnisse und Fertigkeiten in der Rettung und Wiederbelebung Ertrinkender.

Durch die Ausbildung sollen möglichst breite Bevölkerungskreise, vor allem die Jugend, befähigt werden, sich im Augenblick der Gefahr selbst, aber auch anderen helfen zu können,

Die Teilnahme an den Lehrgängen steht jedermann offen.

Voraussetzungen

Mindestalter: 12 Jahre

Gute Schwimmkenntnisse

Körperliche und Geistige Eignung

Vor der Zulassung zu einem Lehrgang (DRSA Bronze und DRSA Silber) **kann** eine ärztliche Untersuchung gefordert werden; sie wird jedem Lehrgangsteilnehmer empfohlen.

Prüfungskarte Bronze

Der Bewerber _____ hat vom _____ bis _____		
An einem Lehrgang der Wasserwacht regelmäßig teilgenommen und nachfolgende Leistungen gemäß der Prüfungsordnung (DRSA Bronze) erfüllt.		
Leistungen s. AV/PV-WW	Leistungen bestanden am	Unterschrift Prüfer
1. 200 m Schwimmen in 10 Minuten (100m in Bauchlage, 100m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit)		
2. 100 m Kleiderschwimmen (in Drillchanzügen) in höchstens 4 Minuten, anschließend entkleiden		
3. 3 verschiedene Sprünge aus 1m Höhe		
4. 15 m Streckentauchen		
5. Zweimal Tieftauchen (kopf- und fußwärts), Heraufholen eines 5kg-Tauchringes in 3 Minuten		
6. 50m Transportschwimmen (Schieben)		
7. Fertigkeiten zur Befreiung aus - Halsumklammerung von hinten - Haltwürgegriff von vorne		
8. 50 m Schleppen: Achselgriff und Fesselgriff. Flaig		
9. Kombinierte Übung: 20 m Schwimmen, Tieftauchen, 20m Schleppen		
10. Anlandbringen		
11. Kenntnisse von Atmung und Blutkreislauf, Durchführung der Wiederbelebung		
12.. Gefahren im und am Wasser, Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen, Aufgaben der Wasserwacht		
Der für die Prüfung verantwortliche Ausbilder Rettungsschwimmen bestätigt durch Unterschrift, dass er gemäß Prüfungsordnung und Ausführungsbestimmungen ausgebildet und geprüft hat. Der Prüfling hat alle Leistungen erfolgreich abgelegt.		
Name/Anschrift des Ausbilders	Nr. des LS	Unterschrift des Ausbilders

Anmerkungen zur Ausführung der Leistungen für DRSA Bronze

1. 200m sind 8 Bahnen in Hallenbad Dachau. Zur Ausführung bleibt über eine Minute pro Bahn, dennoch sollte zügig geschwommen werden. Rückenlage mit Grätschschwung bedeutet Rückenschwimmen ohne Arme mit der Brust-Bein-Bewegung-
2. 100m sind 4 Bahnen in 4 Minuten. Die Kleindung stellt die Wasserwacht. Drillchanzüge sind Anzüge aus Baumwolle ähnlich Judoanzügen.
3. -z.B: Abbrenner, Kopfsprung, Paketsprung, Startsprung, Fußsprung
4. Die Strecke ist ohne Aufzutauchen zu durchtauchen, der Tauchende soll möglichst nah über dem Grund schwimmen; sein Körper muss sich jederzeit vollständig unter der Wasseroberfläche befinden. Wenn möglich ist ohne Schwimmbrille zu tauchen.
5. Beim Tieftauchen muss der vom Grund ertauchte Gegenstand über die Wasseroberfläche gehalten werden; dabei darf sich der Schwimmer nicht mit dem Kopf unter Wasser befinden. Zwischen den Tauchgängen darf sich der Prüfling nicht am Beckenrand festhalten. Ein Pause im Wasser ist zulässig wenn dadurch die Gesamtzeit nicht überschritten wird. Beim Abtauchen Fußwärts muss die geforderte Tiefe zuerst mit den Füßen erreicht werden
6. Es sind 50m am Stück zu Schieben, bei der Wende ist keine Pause zu machen. Beim Schleppen muss das Gesicht des Verunglückten über Wasser sein; der Geschleppte darf nicht mithelfen.
7. Die Prüfung der Befreiungsgriffe ist vom Prüfer oder einem Beauftragten, nicht von den Prüflingen untereinander, im Wasser vorzunehmen. Die Befreiung aus einer Umklammerung endet in einem Fesselschleppgriff. Zwischen den einzelnen Griffen erfolgt keine Pause am Beckenrand
8. Es sind 50m am Stück zu Transportieren, bei der Wende ist der Griff zu Ändern aber keine Pause zu machen
9. Die kombinierte Übung ist eine Zusammenfassung wichtiger Teilübungen. Diese Übung ist am Stück zu absolvieren.
10. Das Anlandbringen sollte in einem Stück durchgeführt werden. Der Rettling darf dabei nicht gefährdet werden.
11. Dieser Teil wird im Erste-Hilfe-Kurs bzw. LSM-Kurs vermittelt und wird ggf. während des Kurses abgefragt
12. Die Theorieabende finden im BRK-Kreisverband statt. In diesem erhalten sie theoretische Hintergrundwissen zu Gefahren am und im Wasser, Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen, Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen, Rettungsgeräte, Aufgaben und Tätigkeiten der Wasserwacht. Der theoretische Teil endet mit einer kleinen schriftlichen Prüfung. Der zweite Abend endet mit einer kurzen theoretischen Prüfung.

Allgemeine Anmerkungen zur Ausführung

- a) Die Prüfungsbestimmungen sind für männliche und weibliche Personen gleich
- b) Vor der Zulassung zu einem Lehrgang kann eine ärztliche Untersuchung gefordert werden; sie wird jedem Lehrgangsteilnehmer empfohlen.
- c) Prüfungsleistungen, für die keine bestimmte Zeit vorgeschrieben ist, müssen ohne Unterbrechung zügig erfüllt werden.
- d) Die Leistung gilt als erfüllt, wenn der Prüfling ohne fremde Hilfe das Wasser verlassen hat
- e) Bei Partnerübungen in Ausbildung und Prüfung sollten die beiden Partner etwa gleiche Größe und Gewicht haben.
- f) Ein Lehrgang für eine Rettungsschwimmausbildung umfasst mindestens 12 Stunden Ausbildung in Theorie und Praxis; die Prüfung muss innerhalb von drei Monaten abgeschlossen sein.