

Allgemein : Verwendung „Sprung kopfwärts“ an Stelle von „Kopfsprung“ oder „Startsprung“

- Bezeichnung „Ausbilder“ an Stelle von „Prüfer“
- Verwendung „Ausbildung“ an Stelle von „Unterricht“
- Einheitliche Formulierung bei Regelungen zur Ausstellung von Schwimm- und Rettungsschwimmabzeichen sowie bei Voraussetzungen für den Erwerb
- Immer Voranstellung der Theorieprüfungen bei Beschreibung von Prüfungsleistungen
- Theorieprüfung erfolgt immer mittels bundeseinheitlichen Fragebogen 1 ☹ Exemplarische Ausführung von Hilfsmitteln (z.B. Schwimmbrille)

4 ☹ Tauchende müssen bis 30 Sekunden nach dem Auftauchen unter Kontrolle stehen

☹ Maßnahmen des Druckausgleichs müssen adressatengerecht vermittelt werden

5 ☹ Streichen der Geltungsdauer für Ausnahmegenehmigungen

100.1 ☹ DJSA / DSA dürfen nur ausgestellt werden, wenn die Grundsätze des sicheren Schwimmens erfüllt sind, unter diesen Bedingungen können für Menschen mit Behinderung beim Schwimmen Sonderleistungen eingeräumt und im Einzelfall festgelegt werden. Rettungsschwimmabzeichen dürfen nur ausgestellt werden, wenn alle Prüfungsleistungen erfüllt sind.

Sonderleistungen sind bei den Rettungsschwimmabzeichen nicht möglich!

100.2 ☹ Aufnahme der Definition des sicheren Schwimmens

100.3 ☹ Aufnahme der Empfehlung zur Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung bei allen Schwimm- und Rettungsschwimmabzeichen

102.1 ☹ Zugrundelegung DLRG Lehrmaterialien nur einmal in diesem Abschnitt benannt, keine weitere Auflistung in weiteren DRSA Abschnitten

☹ Aufnahme Regelung zur Anerkennung nachgewiesener Vorkenntnisse mit Anrechnung auf den Ausbildungsumfang

111 Seepferdchen ☹ Aufnahme „Kenntnis von Baderegeln“

- Ergänzung von „Schwimmart in Grobform“ beim 25m Schwimmen
- Aufnahme von „Ausatmen ins Wasser während des Schwimmens in Bauchlage“

121 DJSA Bronze ☹ Änderung Streckenschwimmen zur Anpassung an sicheres Schwimmen:

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200 m zurückzulegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)
- Aufnahme Paketsprung vom Startblock oder 1m Brett

122 DJSA Silber ☹ Änderung Streckenschwimmen zur Anpassung an sicheres Schwimmen:

- Sprung vom Beckenrand und 25 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 400 m zurückzulegen, davon 300 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 100 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)
- Anpassung: Sprung aus 3m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1m Höhe

123 DJSA Gold ⌚ *Änderung Streckenschwimmen zur Anpassung an sicheres Schwimmen: Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 25 Min Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 600 m zurückzulegen, davon 500 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmlage und 100 m in der anderen*

Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).

- *Anpassung der Zeit beim 50m Brustschwimmen in 01:15min*
- *Einfügen Startsprung zu Beginn des 25m Kraulschwimmens*
- *Änderung beim Streckentauchen: 10m aus der Schwimmlage heraus (ohne Abstoßen vom Beckenrand)*

130/131 ⌚ *Bezeichnung Erwachsenen-Freischwimmer*

131/132/133 ⌚ *Streichung der Zeitgutschriften pro Lebensjahrzent*

- *Anpassung an Bedingungen der DJSA (u.a. Aufnahme Streckentauchen)*

131 DSA Silber ⌚ *Änderung Streckenschwimmen zur Anpassung an sicheres Schwimmen:*

Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200 m zurückzulegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmlage und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).

132 DSA Silber ⌚ *Änderung Streckenschwimmen zur Anpassung an sicheres Schwimmen:*

- *Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 400 m zurückzulegen, davon 300 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmlage und 100 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)*

133 DSA Gold ⌚ *Änderung Streckenschwimmen zur Anpassung an sicheres Schwimmen:*

- *Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 30 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 800 m zurückzulegen, davon 650 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmlage und 150 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).*

150 DRSA ⌚ *Wassertiefe für Schwimmelemente auf 1,35m abgesenkt*

151/152 ⌚ *Präzisierung der Beschreibung 50m Schleppen*

151 DRSA Bronze ⌚ *Ergänzung der Dauer von 3 Minuten bei Vorführung der Herz-Lungenwiederbelebung*

152 / 153 ⌚ *Spezifizierung EH = gemeinsame Inhalte der BAGEH*

- *Aufnahme Sichern des Geretteten in kombinierte Übung*
- *Beginn der kombinierten Übung mit Sprung ins Wasser*

152 DRSA Silber ⌚ *Senkung des Mindestalters auf 14 Jahre*

- *Einführung Handhabung und praktischer Einsatz eines Rettungsgerätes*

153 DRSA Gold ⌚ *Ergänzung von „anderen zum Werfen geeigneter Rettungsgeräte“ bei Zielwerfen*

- *Aufnahme „Retten mit einem sonstigen Rettungsgerät“*

I	Präambel	7
II	Gemeinsame Bestimmungen	7
1	Anwendung der Deutschen Prüfungsordnung.....	7
2	Allgemeine Voraussetzungen für die Lehrgangsteilnahme	7
3	Allgemeine Regeln für Prüfungsleistungen	7
4	Regeln für Tauchübungen und –prüfungen	7
5	Regeln für Sprungübungen und –prüfungen	8
6	Beurkundungen	8
III	Bestimmungen für das Schwimmen / Rettungsschwimmen	9
100	Allgemeine Bestimmungen	9
100.1	Regelungen für Menschen mit Behinderung	9
100.2	Sicheres Schwimmen.....	9
100.3	Ärztliche Bescheinigung / Selbsterklärung zum Gesundheitszustand.....	9
101	Schwimmen	10
101.1	Organisation der Schwimmausbildung und –prüfung (einschließlich der vorbereitenden Prüfungen auf das Schwimmen)	10
101.2	Berechtigung zur Schwimmausbildung und –prüfung (einschließlich der Vorbereitenden Prüfungen auf das Schwimmen)	10
101.3	Ausstellung und Registrierung der Schwimmaabzeichen	11
102	Rettungsschwimmen	11
102.1	Organisation der Rettungsschwimmausbildung und –prüfung (einschließlich der Vorbereitenden Prüfung auf das Rettungsschwimmen)	11
102.2	Berechtigung zur Rettungsschwimmausbildung und –prüfung (einschließlich der Vorbereitenden Prüfung auf das Rettungsschwimmen)	11
102.3	Ausstellung und Registrierung	12
110	Vorbereitende Prüfungen auf das Schwimmen (Schwimmanfängerzeugnisse)	12
111	Seepferdchen.....	12
112	Schwimmanfängerzeugnis für Erwachsene	12
120	Deutscher Jugendschwimmpass	13
121	Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze – (Freischwimmer)	13
122	Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber –	13
123	Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold –	14
130	Deutscher Schwimmpass	14

131	Deutsches Schwimmbzeichen – Bronze – (Erwachsenen Freischwimmer)	14
132	Deutsches Schwimmbzeichen – Silber –	15
133	Deutsches Schwimmbzeichen – Gold –	15
140	Vorbereitende Prüfung der DLRG auf das Rettungsschwimmen	16
	16
141.1	Voraussetzungen für den Erwerb	16
141.2	Die Prüfung besteht aus einem theoretischen und praktischen Teil.	16
150	Deutscher Rettungsschwimmpass der DLRG	17
151	Deutsches Rettungsschwimmbzeichen – Bronze –	18
151.1	Voraussetzungen für den Erwerb	18
151.2	Die Prüfung besteht aus einem theoretischen und praktischen Teil	18
151.3	Wiederholungsprüfungen	18
152	Deutsches Rettungsschwimmbzeichen – Silber-	19
152.1	Voraussetzung für den Erwerb	19
152.2	Die Prüfung besteht aus einem theoretischen und praktischen Teil	19
152.3	Wiederholungsprüfungen	20
153	Deutsches Rettungsschwimmbzeichen – Gold –	20
153.1	Voraussetzungen für den Erwerb	20
153.2	Die Prüfung besteht aus einem theoretischen und praktischen Teil	20
153.3	Wiederholungsprüfungen	21
160	Weitere Prüfungen der DLRG	22
161	Deutsches Schnorcheltauchabzeichen	22
161.1	Voraussetzungen für den Erwerb	22
161.2	Die Prüfung besteht aus einem praktischen und theoretischen Teil	22
161.3	Ausbildung und Prüfung	23
161.4	Ausstellung und Registrierung	23

I Präambel

Im Rahmen ihrer Ausbildungs- und Lehrtätigkeit nimmt die DLRG Prüfungen ab. Art, Inhalt und Durchführung der Prüfungen werden durch die Prüfungsordnung der DLRG und ihre Ausführungsbestimmungen geregelt (§45 der Satzung der DLRG). Die Prüfungsordnung Schwimmen / Rettungsschwimmen wurde zuletzt durch den Präsidialrat am 07.11.2015 geändert und tritt zum 01.01.2018 in Kraft. Die neu konzipierte Prüfungsordnung soll diesem Auftrag gerecht werden. Erwerb und Gültigkeit von Qualifikationen mit Berechtigung zur Ausbildung und Prüfung von Abzeichen dieser Prüfungsordnung ist in den Rahmenrichtlinien der DLRG geregelt.

II Gemeinsame Bestimmungen

1 Anwendung der Deutschen Prüfungsordnung

Diese Bestimmungen sind sinngemäß für die gesamte Ausbildung und alle Prüfungen verbindlich. Die Prüfungsbestimmungen sind für männliche und weibliche Personen gleich. Die Verantwortung für die Einhaltung der Prüfungs- und Ausführungsbestimmungen sowie der Sicherheitsmaßnahmen tragen die Ausbilder.

Alle Übungen und Prüfungen sind grundsätzlich ohne Hilfsmittel (z.B. ohne Schwimmbrille, ohne Auftriebshilfen, ohne Kälteschutzanzug usw.) durchzuführen.

2 Allgemeine Voraussetzungen für die Lehrgangsteilnahme

Vor der Zulassung zu einem Lehrgang kann eine ärztliche Untersuchung gefordert werden. Sie wird, auch wenn sie nicht ausdrücklich vorgeschrieben ist, jedem Teilnehmer empfohlen. Alternativ kann die Selbsterklärung zum Gesundheitszustand durch den Teilnehmer abgegeben werden. Der Teilnehmer (bei Minderjährigen der gesetzliche Vertreter) bestätigt vor Beginn der Ausbildung durch seine Unterschrift, dass die Bestimmungen der Deutschen Prüfungsordnung nebst Ausführungsbestimmungen anerkannt werden.

3 Allgemeine Regeln für Prüfungsleistungen

Prüfungsleistungen, für die bestimmte Zeiten und / oder Strecken vorgeschrieben sind, müssen ohne Unterbrechung zügig erfüllt werden. Die Leistung ist erst dann als erfüllt zu werten, wenn der Teilnehmer - nach geforderter Leistung - das Wasser ohne fremde Hilfe verlassen hat. Wassertemperaturen unter 18° C sind für die Prüfungsabnahme nicht geeignet. In Ausnahmefällen ist für einen angemessenen Kälteschutz zu sorgen. Bei Partnerübungen in Ausbildung und Prüfung sollen die beiden Partner in etwa gleiches Gewicht und gleiche Größe haben. Ausbildung und Prüfung haben altersgerecht zu erfolgen.

4 Regeln für Tauchübungen und –prüfungen

Bei allen Tauchübungen, insbesondere in undurchsichtigen oder offenen Gewässern, sind Sicherungsmaßnahmen erforderlich. Jeder Tauchende muss dauernd (bis mindestens 30 Sekunden nach dem Auftauchen) unter Kontrolle stehen. Wenn Sicherheitsgründe nicht dagegen sprechen, soll das Streckentauchen mit einem Sprung kopfwärts begonnen werden. Dies gilt nicht für Streckentauchen mit Grundausrüstung. Die Leistung beim Streckentauchen beginnt an der Absprung- oder Abstoßstelle. Während des Streckentauchens sollte der Tauchende möglichst nahe über dem Grund schwimmen (Tauchtiefe 1 bis 2m); sein Körper muss sich jederzeit vollständig unter der Wasseroberfläche befinden. Die vorgeschriebene Strecke muss in gerader Richtung durchtaucht und gemessen werden. Bei undurchsichtigen Gewässern ist eine Abweichung von höchstens 2m nach rechts oder links gestattet. Beim Tieftauchen muss der ertauchte Gegenstand über die Wasseroberfläche gehoben werden; dabei darf der Teilnehmer nicht mit dem Kopf unter Wasser sein. Besteht ein Prüfungsteil aus mehreren innerhalb einer bestimmten Zeit abzuleistenden Tauchgängen, darf sich der Teilnehmer nicht am Beckenrand o.ä. festhalten.

Zu den Sicherheitsmaßnahmen beim Tauchen gehört das Erlernen und Anwenden des Druckausgleichs unter Wasser. Die Maßnahmen des Druckausgleichs im Mittelohr müssen adressatengerecht vor Beginn der ersten Tauchübungen vermittelt werden. Vor allen Tauchübungen sind maximal vier Atemzüge zulässig, fortgesetzte Hyperventilation ist nicht erlaubt. Bei allen Tauchübungen, insbesondere in undurchsichtigen oder offenen Gewässern, sind Sicherungsmaßnahmen erforderlich. Jeder Tauchende muss dauernd (bis mindestens 30 Sekunden nach dem Auftauchen) unter Kontrolle stehen. Wenn Sicherheitsgründe nicht dagegen sprechen, soll das Streckentauchen mit einem Sprung kopfwärts begonnen werden. Dies gilt nicht für Streckentauchen mit Grundausrüstung. Die Leistung beim Streckentauchen beginnt an der Absprung- oder Abstoßstelle. Während des Streckentauchens sollte der Tauchende möglichst nahe über dem Grund schwimmen (Tauchtiefe 1 bis 2m); sein Körper muss sich jederzeit vollständig unter der Wasseroberfläche befinden. Die vorgeschriebene Strecke muss in gerader Richtung durchtaucht und gemessen werden. Bei undurchsichtigen Gewässern ist eine Abweichung von höchstens 2m nach rechts oder links gestattet. Beim Tieftauchen muss der ertauchte Gegenstand über die Wasseroberfläche gehoben werden; dabei darf der Teilnehmer nicht mit dem Kopf unter Wasser sein. Besteht ein Prüfungsteil aus mehreren innerhalb einer bestimmten Zeit abzuleistenden Tauchgängen, darf sich der Teilnehmer nicht am Beckenrand o.ä. festhalten.

5 Regeln für Sprungübungen und –prüfungen

Falls für Sprungprüfungen keine genügend hohe Absprungmöglichkeit vorhanden oder die Wassertiefe geringer als 3,50 m ist, bestimmt der Ausbilder in Verbindung mit seiner Gliederung bzw. beauftragenden Institution eine

Ersatzleistung (i.d.R. mehrere verschiedene Sprünge aus geringerer Höhe) und trägt diese in die jeweilige Urkunde ein. Diese Ausnahmegenehmigung ist nur zu erteilen, wenn entsprechend ausgerüstete Bäder nicht aufgesucht werden können.

6 Beurkundungen

Die Leistungen sind vom Ausbilder einzeln abzunehmen und direkt im Anschluss in der vorgeschriebenen Prüfungskarte zu bestätigen. Prüfungskarten und Urkunden müssen neben der Anschrift und Unterschrift der ausstellenden Stelle die Namen und - soweit vorhanden - die Prüfberechtigungsnummern der Ausbilder tragen, die für die Durchführung verantwortlich sind.

Nach erfolgreicher Prüfung werden bundeseinheitliche Urkunden und Abzeichen gegen Erstattung der Kosten ausgehändigt. Der Landesverband regelt verantwortlich die Ausstellung der Urkunden und den Verbleib der Prüfungsunterlagen, sofern nicht ausdrücklich eine Registrierung im Bundesverband erfolgt.

Ersatzbescheinigungen, -urkunden und -abzeichen werden nur bei glaubwürdigem Nachweis des Erwerbs und des Verlustes gegen Erstattung der Kosten ausgegeben. Anträge sind formlos an die Stelle zu richten, welche die Urschrift ausgestellt hat. Prüfungskarten und -unterlagen sind an dieser Stelle zehn Jahre nach der Beurkundung aufzubewahren. Dabei sind die aktuellen datenschutzrechtlichen Bestimmungen zu beachten.

Nur die beurkundete Prüfung berechtigt zum Tragen der entsprechenden Abzeichen.

III Bestimmungen für das Schwimmen / Rettungsschwimmen

Schwimmprüfungen / Rettungsschwimmprüfungen

Die Schwimmprüfungen dienen der Förderung einer allgemeinen Grundausbildung im Schwimmen und in der Selbstrettung. Die Rettungsschwimmprüfungen dienen der allgemeinen

Ausbildung in der Selbst- und Fremdrettung sowie der Vorbereitung für den

Wasserrettungsdienst.

Neben den allgemeinen und überall gültigen Baderegeln ist auf die besonderen örtlichen Gegebenheiten hinzuweisen (z.B. Gezeiten, Wind und Strömung). Entsprechendes gilt für die weiteren Inhalte der Ausbildung wie z.B. der Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen.

Die Vorlage des Deutschen Jugendschwimmabzeichens oder des Deutschen Schwimmabzeichens jeweils in den Leistungsstufen Gold oder eines Deutschen Rettungsschwimmabzeichens in jeder Leistungsstufe gilt im Jahr der Ausstellung oder Wiederholung als Nachweis für eine erfolgreiche Prüfung des Deutschen Sportabzeichens in der Disziplingruppe Ausdauer.

100 Allgemeine Bestimmungen

100.1 Regelungen für Menschen mit Behinderung

Menschen mit Behinderung werden in die Ausbildung einbezogen, soweit dies ihre Beeinträchtigung erlaubt. Eine ärztliche Bescheinigung muss über die allgemeine Sporttauglichkeit Auskunft geben. Für Menschen mit Behinderung können beim Schwimmen Sonderleistungen eingeräumt werden. Ein Deutsches Jugendschwimmabzeichen bzw. ein Deutsches Schwimmabzeichen (jeweils in den Stufen Bronze, Silber, Gold) wird nur bescheinigt, wenn die Grundsätze des „Sicheren Schwimmens“ (vgl. 100.2) erfüllt sind.

Ein Rettungsschwimmabzeichen wird nur ausgestellt, wenn alle geforderten Prüfungsleistungen erfüllt sind. Erbrachte Einzelleistungen der Rettungsschwimmabzeichen können bescheinigt werden.

100.2 Sicheres Schwimmen

Sicher schwimmen im Sinne dieser Prüfungsordnung heißt:

- 15 Minuten ohne Halt und ohne Hilfen im tiefen Wasser schwimmen zu können
- In Bauch- und Rückenlage schwimmen zu können
- Mindestens Paketsprung und Sprung kopfwärts zu beherrschen
- Sich unter Wasser orientieren zu können

100.3 Ärztliche Bescheinigung / Selbsterklärung zum Gesundheitszustand

Es wird empfohlen, zu Beginn der praktischen Ausbildung zum Erwerb von Schwimm- und Rettungsschwimmabzeichen sowie den darauf vorbereitenden Prüfungen die Tauglichkeit durch eine ärztliche Bescheinigung oder durch die Vorlage des Formblattes „Selbsterklärung zum Gesundheitszustand“ nachweisen zu lassen.

Beim Rettungsschwimmabzeichen Gold, sowie dem Deutschen Schnorcheltauchabzeichen muss die Selbsterklärung zum Gesundheitszustand vorgelegt werden.

Von diesem gesonderten Nachweis kann abgesehen werden, wenn der Bewerber eine gültige Sport-, Wasserrettungsdienst- bzw. Tauchtauglichkeitsbescheinigung nachweist. Diese Nachweise dürfen nicht älter als 4 Wochen sein.

101 Schwimmen

101.1 Organisation der Schwimmausbildung und –prüfung (einschließlich der vorbereitenden

Prüfungen auf das Schwimmen)

Die einzelnen Prüfungsteile für jedes einzelne Schwimmabzeichen müssen (nach Abschluss der entsprechenden Ausbildung) in einem Zeitraum von zwei Monaten abgelegt werden, gerechnet vom Tag der ersten erfüllten Bedingung an.

Abzeichen des Jugendschwimmpasses (120) und des Schwimmpasses (130) sollten in der Reihenfolge Bronze, Silber, Gold einzeln abgelegt werden. Nur die jeweils abgelegte Prüfung wird entsprechend beurkundet. Gleichzeitig miterfüllte andere Prüfungsteile dürfen nicht bestätigt werden. Die erzielten und gemessenen Einzelleistungen können in die Urkunde eingetragen werden.

Allgemeine Ausführungsbestimmungen:

Schwimmprüfungen dürfen nur dort abgenommen werden, wo die

Wassertiefe die Körpergröße des Teilnehmers überschreitet (in einzelnen Prüfungsbedingungen vorgeschriebene Mindestwassertiefen sind grundsätzlich bindend). Der Sprung vom Beckenrand muss ins tiefe Wasser erfolgen. Deutliches Abspringen und vollständiges Eintauchen sind notwendig.

Für das Tieftauchen werden am besten kleine Tauchringe oder Teller aus Plastik oder Gummi verwendet. Der Schwimmer muss aufgetaucht sein und seinen Gegenstand über das Wasser halten bzw. an Land werfen.

Für die Mehrfach-Tauchübungen sollen 6 Teller oder Ringe auf einer Grundfläche von ca. 5 x 5m in etwa 2m Wassertiefe verteilt werden. In ungünstigen Freigewässern kann Tieftauchen und Herausholen von Kies o. ä. verlangt werden. Der Nachweis der theoretischen Kenntnisse kann im Gespräch, durch Bild-Text-Kombinationen oder durch Lückentextbearbeitung erfolgen.

101.2 Berechtigung zur Schwimmausbildung und –Prüfung (einschließlich der Vorbereitenden

Prüfungen auf das Schwimmen)

Berechtigt zur Ausbildung und Prüfung der „Vorbereitenden Prüfungen auf das Schwimmen“ und der Schwimmabzeichen im Auftrag und im Bereich ihrer Gliederung sind:

- Inhaber einer gültigen Qualifikation „Lehrschein“
- Inhaber einer gültigen Qualifikation „Ausbilder Schwimmen“
- Ausbildungsassistenten Schwimmen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, zur Ausbildung und Prüfung der „Vorbereitenden Prüfungen auf das Schwimmen“.

Weitere Ausbildungs- und/oder Prüfberechtigungen (außerhalb der DLRG) ergeben sich aus der aktuellen Vereinbarung über die Gültigkeit der „Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen - Retten - Tauchen in Verbänden und Schulen“ und den sonstigen DLRG-Prüfungsordnungen.

101.3 Ausstellung und Registrierung der Schwimmbabzeichen

Die Deutschen Jugendschwimmbabzeichen (DJSA) in den Stufen Bronze, Silber und Gold werden im Deutschen Jugendschwimmpass zusammengefasst. Entsprechendes gilt für den Deutschen Schwimmpass, der die Deutschen Schwimmbabzeichen (DSA) der Stufen Bronze, Silber und Gold beinhaltet. Es werden einheitliche Abzeichen je Stufe verwendet.

Die Nummerierung der Schwimm- und Jugendschwimmbabzeichen wird in der DLRG einheitlich nach folgendem Muster vorgenommen:

EDV-Nr. der ausstellenden DLRG-Gliederung/Schwimmprüfung **Deutscher Jugendschwimmpass:**

- DJSA Bronze 121
- DJSA Silber 122
- DJSA Gold 123

Deutscher Schwimmpass:

- DSA Bronze 131
- DSA Silber 132 ⌚ DSA Gold 133

danach folgen die lfd. Nr. der Urkunde sowie das Kalenderjahr der Beurkundung.

Beispiel für die Beurkundung des siebten DJSA Bronze im Jahr 2017 durch LV Württemberg, Bezirk Rems-Murr, OG Fellbach:

1417005	/ 121	/ 007	/ 17
Gliederung	/ DJSA Bronze	/ lfd. Nr.	/ Jahr

102 Rettungsschwimmen

102.1 Organisation der Rettungsschwimmbausbildung und –prüfung (einschließlich der Vorbereitenden

Prüfung auf das Rettungsschwimmen)

Der Ausbildung und Prüfung sind die Inhalte der DLRG Lehrmaterialien (neueste Auflage) zugrunde zu legen. Die praktischen Fertigkeiten sind während des vorbereitenden Lehrgangs gründlich zu üben, damit sie bei der Prüfungsabnahme einwandfrei beherrscht werden. Die notwendige Theorie ist in verständlicher Form zielgruppengerecht zu vermitteln.

Wenn es die örtlichen Verhältnisse erfordern, sind Erweiterungen dieser Stoffgebiete in Theorie und Praxis zu behandeln (z. B. Gezeiten, Brandung, Strömung). Falls sich bestimmte Prüfungsteile nicht in der heimischen Gliederung abnehmen lassen, können diese auch an einem geeigneten Ort in einer Nachbargliederung abgenommen werden. Ein Lehrgang zur Vorbereitung auf eine Rettungsschwimmprüfung umfasst mindestens 16 Lerneinheiten (je 45 Minuten) Ausbildung in

Theorie und Praxis (zuzüglich besonderer Lehrgangsinhalte wie Erste Hilfe-Lehrgänge etc.). Nachgewiesene Vorkenntnisse können bei der Ausbildung berücksichtigt und auf den Ausbildungsumfang angerechnet werden. Die sich anschließende Prüfung muss innerhalb von drei Monaten abgeschlossen sein, gerechnet vom Tag der ersten erfüllten Bedingung an.. Die Prüfungen zu den Deutschen Rettungsschwimmbabzeichen (DRSA) der DLRG - Silber und Gold - müssen in der Reihenfolge Silber, Gold abgelegt werden.

102.2 Berechtigung zur Rettungsschwimmbausbildung und –prüfung (einschließlich der Vorbereitenden Prüfung auf das Rettungsschwimmen)

Berechtigt zur Ausbildung und Prüfung der „Vorbereitenden Prüfung auf das Rettungsschwimmen“ und der Rettungsschwimmbabzeichen im Auftrag und im Bereich ihrer Gliederung sind:

- Inhaber einer gültigen Qualifikation „Lehrschein“
- Inhaber einer gültigen Qualifikation „Ausbilder Rettungsschwimmen“
- „Ausbildungsassistenten Rettungsschwimmen“, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, zur Ausbildung und Prüfung der „Vorbereitenden Prüfung auf das Rettungsschwimmen“ (141).

102.3 Ausstellung und Registrierung

Die Deutschen Rettungsschwimmabzeichen der DLRG in den Stufen, Bronze, Silber und Gold werden im Deutschen Rettungsschwimmpass zusammengefasst. Die Nummerierung der Rettungsschwimmabzeichen sowie der vorbereitenden Prüfung auf das Rettungsschwimmen wird in der DLRG einheitlich nach folgendem Muster vorgenommen:

EDV-Nr. der ausstellenden DLRG-Gliederung / Rettungsschwimmprüfung:

Vorbereitende Prüfung auf das Rettungsschwimmen

- Junior-Retter 141

Rettungsschwimmpass

- DRSA Bronze 151
- DRSA Silber 152
- DRSA Gold 153

danach folgen die lfd. Nr. der Urkunde sowie das Kalenderjahr der Beurkundung.

Beispiel für die Beurkundung des fünften DRSA Silber im Jahr 2017 durch den LV Nordrhein, Bezirk Aachen:

09 01 000	/ 152	/ 005	/ 17
Gliederung	/ DRSA Silber	/ lfd. Nr.	/ Jahr

110 Vorbereitende Prüfungen auf das Schwimmen (Schwimmanfängerzeugnisse)

Zur Vorbereitung auf die Schwimmabzeichen werden folgende Prüfungen abgenommen:

- Seepferdchen
- Schwimmanfängerzeugnis für Erwachsene

111 Seepferdchen

Es sind folgende Prüfungsleistungen zu erbringen:

- Kenntnis von Baderegeln
- Sprung vom Beckenrand aus dem Stand mit anschließendem 25m Schwimmen **in einer Schwimmart (Grobform)**
- **Während des Schwimmens in Bauchlage erkennbar ins Wasser ausatmen**
- Heraufholen eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring) mit den Händen aus schultertiefem Wasser (Schultertiefe bezogen auf den Prüfling)

112 Schwimmanfängerzeugnis für Erwachsene

Das Mindestalter für den Erwerb des Schwimmanfängerzeugnisses für Erwachsene (Ausbildung und Prüfung) liegt bei 18 Jahren.

Es sind folgende Prüfungsleistungen zu erbringen:

- Kenntnis von Baderegeln
- Sprung vom Beckenrand aus dem Stand mit anschließendem 25 m- Schwimmen in einer Schwimmart (Grobform)
- Während des Schwimmens in Bauchlage erkennbar ins Wasser ausatmen
- Heraufholen eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring) mit den Händen aus schultertiefem Wasser (Schultertiefe bezogen auf den Prüfling)

120 Deutscher Jugendschwimmpass

Der Deutsche Jugendschwimmpass umfasst folgende Abzeichen:

- Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze – (Freischwimmer)
- Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber –
- Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold –

121 Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze – (Freischwimmer)

121.1 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen ⌚ Die

theoretische Prüfung umfasst die Kenntnisse von: ○ Baderegeln

⌚ Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200m zurückzulegen, davon 150m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)
- einmal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring)
- Ein Paketsprung vom Startblock oder 1 m-Brett

122 Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber –

122.1 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen ⌚ Die

theoretische Prüfung umfasst die Kenntnisse von:

- Baderegeln ○
- Selbstrettung

⌚ Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 25 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 400m zurückzulegen, davon 300m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 100m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)
- 10 m Streckentauchen
- zweimal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring) ○ Ein Sprung aus 3m Höhe oder zwei verschiedene Sprünge aus 1m Höhe

123 Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold –

123.1 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen

⌚ Die theoretische Prüfung umfasst die Kenntnisse von:

- Baderegeln
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung, einfache Fremddrettung)

⌚ Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 25 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 600m zurückzulegen, davon 500m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 100m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
- Startsprung und 50m Brustschwimmen in höchstens 1:15 Minuten ○ Startsprung und 25 m Kraulschwimmen
- 50m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50m Rückenkraulschwimmen
- 10m Streckentauchen aus der Schwimmlage (ohne Abstoßen vom Beckenrand)
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei kleinen Gegenständen (z.B. kleine Tauchringe) aus einer Wassertiefe von etwa 2m innerhalb von 3 Minuten in höchstens 3 Tauchversuchen
 - Ein Sprung aus 3m Höhe ○ 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen

Ausführungsbestimmungen:

Beim Deutschen Jugendschwimmabzeichen - Gold - muss das Kraulschwimmen mit regelmäßiger Atmung durchgeführt werden.

130 Deutscher Schwimmpass

Abzeichen aus dem Deutschen Schwimmpass können frühestens nach Vollendung des 18. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung).

Der Deutsche Schwimmpass umfasst folgende Abzeichen:

- Deutsches Schwimmbabzeichen – Bronze – (Erwachsenen Freischwimmer)
- Deutsches Schwimmbabzeichen – Silber –
- Deutsches Schwimmbabzeichen – Gold –

131 Deutsches Schwimmbabzeichen – Bronze – (Erwachsenen Freischwimmer)

131.1 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen

- Die theoretische Prüfung umfasst die Kenntnis von ○ Baderegeln
- Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:
 - Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200m zurückzulegen, davon 150m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
 - Einmal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring) ○ Ein Paketsprung vom Startblock oder 1 m-Brett

132 Deutsches Schwimmbabzeichen – Silber –

132.1 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen ⌚ Die theoretische Prüfung umfasst die Kenntnisse von:

- Baderegeln ○ Selbstrettung

🕒 Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 400m zurückzulegen, davon 300m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 100m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)
- Zweimal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring) ○ 10m Streckentauchen mit Abstoßen vom Beckenrand
- Ein Sprung aus 3m Höhe oder zwei verschiedene Sprünge aus 1m Höhe

133 Deutsches Schwimmbzeichen – Gold –

133.1 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen 🕒 Die theoretische Prüfung umfasst die Kenntnisse von:

- Baderegeln
- Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung, einfache Fremdrettung) 🕒 Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:
- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 30 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 800m zurückzulegen, davon 650m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 150m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
- Startsprung und 100m Schwimmen in höchstens 1:50 Minuten ○ 100m Rückenschwimmen, davon 50m mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit ○ 10m Streckentauchen aus der Schwimmlage (ohne Abstoßen vom Beckenrand) ○ Tieftauchen von der Wasseroberfläche und Heraufholen von drei kleinen Gegenständen (z.B. kleine Tauchringe) aus einer Wassertiefe von etwa 2m innerhalb von 3 Minuten in höchstens drei Tauchversuchen
- Ein Sprung aus 3m Höhe oder zwei Sprünge aus 1m Höhe, davon ein Sprung kopf- und ein Sprung fußwärts
- 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen

133.2 Wiederholungsprüfungen

Das Deutsche Schwimmbzeichen - Gold - darf jährlich wiederholt und entsprechend beurkundet werden.

140 Vorbereitende Prüfung der DLRG auf das Rettungsschwimmen

141 Juniorretter

141.1 Voraussetzungen für den Erwerb

Das Abzeichen Juniorretter kann frühestens nach Vollendung des **10. Lebensjahres** erworben werden (Ausbildung und Prüfung). Das Deutsche Jugendschwimmbzeichen – Gold – (123) muss vorliegen.

141.2 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen.

- Die theoretische Prüfung erfolgt mittels bundeseinheitlichem Fragebogen und umfasst die Kenntnisse von: ○ Selbstrettung ○ Grundverhalten für die Fremdrettung ○ elementare "Erste Hilfe"
- Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:

○ 100m Schwimmen ohne Unterbrechung, davon

- 25m Kraulschwimmen
- 25m Rückenkraulschwimmen
- 25m Brustschwimmen
- 25m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit ○ 25m Schleppen eines Partners mit Achselerschleppgriff ○ Selbstrettungsübung: Kombinierte Übung in leichter Freizeitbekleidung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
- fußwärts ins Wasser springen, danach Schwebelage einnehmen
- 4 Minuten Schweben an der Wasseroberfläche in Rückenlage mit Paddelbewegungen
- 6 Minuten langsames Schwimmen, jedoch mindestens viermal die Körperlage wechseln (Bauch-, Rücken-, Seitenlage)
- Anschließend die Kleidungsstücke im tiefen Wasser ausziehen ○ Fremdrettungsübung: Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen

Reihenfolge zu erfüllen ist:

- 15m in Bauchlage anschwimmen, nach halber Strecke kopfwärts auf ca. 2m Tiefe abtauchen und zwei kleine Tauchringe heraufholen, diese anschließend fallen lassen und das Schwimmen fortsetzen
- 15m Schleppen eines Partners mit Achselerschleppgriff
- Sichern des Geretteten

Ausführungsbestimmungen:

Beim 100 m Schwimmen müssen die geforderten Schwimmarten in koordinierter Schwimmtechnik mit regelmäßiger Atmung ausgeführt werden.

Bei der kombinierten Übung zur Selbstrettung gelten als Freizeitbekleidung jeweils ein Hemd und eine Hose über der Badebekleidung (z. B. T-Shirt, Hemd mit langen Ärmeln, lange Hose, Shorts oder Schlafanzug).

Bei der kombinierten Übung zur Fremdrettung kann die Schwimmart frei gewählt werden.

150 Deutscher Rettungsschwimmpass der DLRG

Der Deutsche Rettungsschwimmpass umfasst folgende Qualifikationen:

- Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Bronze –
- Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Silber –
- Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Gold –

Ausführungsbestimmungen:

Die Wassertiefe für die Schwimmelemente der Rettungsschwimmabzeichen sollte mindestens 1,35 m betragen. Durch einzelne Prüfungsbedingungen vorgeschriebene Mindestwassertiefen sind grundsätzlich bindend.

Als Bekleidung sind Jacke und lange Hose (Köperanzug) zu verwenden. Verliert ein Teilnehmer während des Entkleidens ein Kleidungsstück, so ist dieses durch Tauchen wiederzuholen. Beim Entkleiden nach dem Kleiderschwimmen sind Festhalten am Beckenrand oder andere Hilfen nicht gestattet.

Beim Abtauchen fußwärts muss die geforderte Tiefe mit den Füßen zuerst erreicht werden. Bei der Prüfung der Herz-Lungen-Wiederbelebung muss die einwandfreie Vorführung über die geforderte Zeit demonstriert werden.

Als anatomische und physiologische Grundlagen sind Kenntnisse über Aufbau und Funktion von Atmung und Blutkreislauf zu verlangen.

Die im DLRG-Lehrmaterial (neueste Auflage) beschriebenen Befreiungs- und Schleppgriffe sind gründlich zu üben, andere Griffe sind nicht gestattet. Die Griffe müssen sicher beherrscht und über die vorgeschriebene Strecke einwandfrei vorgeführt werden.

Beim Schleppen muss das Gesicht des Verunglückten über Wasser sein, der Geschleppte darf nicht mithelfen.

Die Befreiungsgriffe sind bei der Prüfung vom Prüfer oder einem Beauftragten, nicht von den Teilnehmern untereinander (etwa als Partnerübung), im Wasser abzunehmen. Dabei ist auf die exakte und effiziente Durchführung der Befreiung zu achten. Jede Befreiung aus einer Umklammerung, die mit Hilfe eines Armhebels gelöst wird, endet im Standard-Fesselschleppgriff.

151 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen – Bronze –

151.1 Voraussetzungen für den Erwerb

Das Rettungsschwimmabzeichen - Bronze - kann frühestens nach **Vollendung des 12. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung).**

151.2 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen

- Die theoretische Prüfung erfolgt **mittels bundeseinheitlichem Fragebogen** und umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:
 - Atmung und Blutkreislauf
 - Gefahren am und im Wasser
 - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung)
 - Vermeidung von Umklammerungen
 - Hilfe bei Verletzungen, Ertrinkungsunfällen und Hitze- sowie Kälteschäden
 - Aufgaben und Tätigkeiten der DLRG
- Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:
 - 200m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100m in Bauchlage und 100m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
 - 100m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
 - Drei verschiedene Sprünge aus etwa 1m Höhe (z.B. Paketsprung, Schrittsprung, Startsprung, Fußsprung, Kopfsprung)
 - 15m Streckentauchen
 - 50m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
 - zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, einmal kopfwärts und einmal fußwärts, innerhalb von 3 Minuten mit zweimaligem Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 2 und 3 m)
 - Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus Halsumklammerung von hinten und Halswürgegriff von hinten.
 - 50m Schleppen, je eine Hälfte mit Kopf- oder Achselschleppgriff und dem Standard-Fesselschleppgriff
 - Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - 20m Anschwimmen in Bauchlage, hierbei etwa auf halber Strecke abtauchen auf 2 bis 3m Wassertiefe und Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen
 - 20m Schleppen eines Partners
 - Demonstration des Anlandbringens
 - **3 Minuten** Vorführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

151.3 Wiederholungsprüfungen

Die Prüfung für das DRSA der DLRG - Bronze - kann jährlich einmal wiederholt und beurkundet werden. Für jede fünfte Wiederholung wird das Abzeichen mit der entsprechenden Zahl verliehen. Einzelleistungen können beurkundet werden.

152 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen – Silber-

152.1 Voraussetzung für den Erwerb

Das Rettungsschwimmabzeichen - Silber - kann frühestens nach **Vollendung des 14. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung).**

152.2 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen

- Die theoretische Prüfung erfolgt **mittels bundeseinheitlichem Fragebogen** und umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:
 - Atmung und Blutkreislauf
 - Gefahren am und im Wasser
 - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremdrerettung)
 - Vermeidung von Umklammerungen
 - Erste Hilfe
 - Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
 - Rettungsgeräte
 - Aufgaben und Tätigkeiten der DLRG

Ausführungsbestimmungen:

„Erste Hilfe“ umfasst die durch die Hilfsorganisationen in der Bundesarbeitsgemeinschaft gemeinsam festgelegten Inhalte der Erste-Hilfe-Ausbildung. Diese Ausbildung in Erster Hilfe kann ersetzt werden durch den Nachweis eines Erste Hilfe-Kurses oder eines Erste Hilfe Trainings, jeweils nicht älter als 2 Jahre.

- Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:
 - 400m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50m Kraulschwimmen, 150m Brustschwimmen und 200m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
 - 300m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
 - Ein Sprung aus 3m Höhe
 - 25m Streckentauchen
 - Dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopfwärts und einmal fußwärts innerhalb von 3 Minuten, mit dreimaligem Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 3 und 5 m)
 - 50m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten
 - Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus Halsumklammerung von hinten und Halswürgegriff von hinten
 - 50m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je eine Hälfte der

Strecke mit Kopf- oder Achsel- und einem Fesselschleppgriff (Standard-Fesselschleppgriff oder Seemannsgriff)

○ Handhabung und praktischer Einsatz eines Rettungsgerätes (z.B. Gurtretter, Wurfleine oder Rettungsring)

- Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:
 - Sprung ins Wasser (Kopf- oder Startsprung)
 - 20 m Anschwimmen in Bauchlage
 - Abtauchen auf 3 bis 5m Tiefe
 - Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
 - Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
 - 25m Schleppen
 - Sichern des Geretteten

- Anlandbringen des Geretteten
- 3 Minuten Vorführen der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

152.3 Wiederholungsprüfungen

Die Prüfung für das DRSA der DLRG - Silber - kann jährlich einmal wiederholt und beurkundet werden.
Für jede fünfte Wiederholung wird das Abzeichen mit der entsprechenden Zahl verliehen.
Einzelleistungen können beurkundet werden.

153 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen – Gold –

153.1 Voraussetzungen für den Erwerb

Das Rettungsschwimmabzeichen - Gold - kann frühestens nach Vollendung **des 16. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung).**
Das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen – Silber – (152) und die Selbsterklärung zum Gesundheitszustand (100.3) muss vorliegen.

153.2 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen

- Die theoretische Prüfung erfolgt **mittels bundeseinheitlichem Fragebogen** und umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:
 - Gefahren am und im Wasser
 - Rettungsgeräte
 - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremdrettung)
 - Vermeidung von Umklammerungen
 - Atmung und Blutkreislauf
 - Erste Hilfe
 - Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
 - Organisation und Aufgaben der DLRG unter besonderer Berücksichtigung des Wasserrettungsdienstes

Ausführungsbestimmungen:

„Erste Hilfe“ umfasst die durch die Hilfsorganisationen in der Bundesarbeitsgemeinschaft gemeinsam festgelegten Inhalte der Erste-Hilfe-Ausbildung. Diese Ausbildung in Erster Hilfe kann ersetzt werden durch den Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses oder eines Erste-Hilfe-Trainings, jeweils nicht älter als 2 Jahre.

- Die praktische Prüfung umfasst folgende Elemente:
 - 300m Flossenschwimmen in höchstens 6 Minuten, davon 250m in Bauch- oder Seitlage und 50m Schleppen, zu schleppender Partner in Kleidung (Kopf- oder Achselschleppgriff)
 - 300m Schwimmen in Kleidung in höchstens 9 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
 - 50m Transportschwimmen, beide Partner in Kleidung: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten
 - 100 m Schwimmen in höchstens 1:40 Minuten
 - 30m Streckentauchen, dabei von 10 kleinen Ringen oder Tellern, die auf einer Strecke von 20m in einer höchstens 2m 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 Heraufholen von jeweils zwei 5-kg-Tauchringen oder gleichartigen Gegenständen, die etwa 3m 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 ins Wasser (Kopf- oder Startsprung)
 - 25m Schwimmen in höchstens 30 Sekunden

- Abtauchen auf 3 bis 5m Tiefe und Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
- Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
- 25m Schleppen in höchstens 60 Sekunden mit einem Fesselschleppgriff
- Sichern des Geretteten
- Anlandbringen des Geretteten
- 3 Minuten Vorführen 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 3m Öffnung in 12m Entfernung: 6 Würfe innerhalb von 5 Minuten, davon 4 Treffer
 - Retten mit einem sonstigen Rettungsgerät
 - Handhabung gebräuchlicher Hilfsmittel zur Wiederbelebung

153.3 Wiederholungsprüfungen

Die Prüfung für das DRSA der DLRG - Gold - kann jährlich einmal wiederholt und beurkundet werden.

Für jede fünfte Wiederholung wird das Abzeichen mit der entsprechenden Zahl verliehen.

Einzelleistungen können beurkundet werden.

160 Weitere Prüfungen der DLRG

161 Deutsches Schnorcheltauchabzeichen (DSTA)

Das DSTA stellt die Vorstufe zur Gerätetauchausbildung dar.

Ein sicherer Umgang mit der Grundausrüstung (Flossen, Maske, Schnorchel) erweitert die Einsatzmöglichkeit des Rettungsschwimmers im Einsatzdienst und ermöglicht dem Schnorcheltaucher in der Freizeit sich mit dem entsprechenden Fachwissen gefahrlos im und unter Wasser zu bewegen.

161.1 Voraussetzungen für den Erwerb

Das Schnorcheltauchabzeichen kann frühestens nach Vollendung des 12. Lebensjahres erworben werden (Ausbildung und Prüfung).

Die Prüfung für das DRSA der DLRG - Bronze - muss abgeschlossen sein, bevor der Bewerber an einem Lehrgang für das DSTA teilnehmen darf.

Die ärztliche Bescheinigung/Selbsterklärung zum Gesundheitszustand nach 100.3 muss vorliegen.

161.2 Prüfungsleistungen

Die Prüfung besteht aus theoretischen und praktischen Teilen

- Die theoretische Prüfung umfasst den Nachweis folgender Kenntnisse:
 - Schriftliche Prüfung mittels bundeseinheitlichem Fragebogen:
 - physikalische und physiologische Grundlagen des Schnorcheltauchens
 - Bestandteile und Pflege der Grundausrüstung
 - Verhalten von Schnorcheltauchern ○ Demonstration und Erläuterung der wichtigsten Unterwasserzeichen (Pflichtzeichen)
- Die praktische Prüfung erfolgt in Grundausrüstung und umfasst folgende Elemente:
 - 600m Flossenschwimmen ohne Zeitbegrenzung (je 200m Bauch-, Rücken- und Seitlage) ○ 200m Flossenschwimmen mit einer Flosse und Armbewegung ○ 30m Streckentauchen ohne Startsprung ○ 30

Sekunden Zeittauchen (Festhalten erlaubt) ○ in mindestens 3m Tiefe Maske abnehmen, wieder aufsetzen und ausblasen ○ dreimal innerhalb von einer Minute 3m Tieftauchen ○ Kombinierte Übung:

- 50m Flossenschwimmen in Bauchlage mit Armtätigkeit
- einmal 3 bis 5m Tieftauchen und Heraufholen eines 5 kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes
- 50m Schleppen eines Partners
- 3 Minuten Vorführen der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

161.3 Ausbildung und Prüfung

Die Ausbildung wird durch die Gliederungen durchgeführt.

Die einzelnen Prüfungsteile müssen (nach Abschluss der entsprechenden Ausbildung) in einem Zeitraum von sechs Monaten abgelegt werden, gerechnet vom Tag der ersten erfüllten Bedingung an.

Berechtigt zur Ausbildung und Prüfung im Auftrag und im Bereich ihrer Gliederung sind:

- Lehrscheininhaber oder Ausbilder Rettungsschwimmen, die mindestens im Besitz des DSTA sind
- Lehrttaucher der DLRG und Tauchlehrer der DLRG
- Ausbilder Wasserrettungsdienst, die mindestens im Besitz des DSTA sind

Als Ausbildungsassistenten können DLRG Einsatztaucher Stufe 1, ILS-Rescue Diver*, Taucher mit der Leistungsstufe DLRG-Gerätetauchschein * / CMAS * oder Inhaber eines gleichwertigen Sporttauchbrevets gemäß der CMAS herangezogen werden.

161.4 Ausstellung und Registrierung

Die Prüfung ist mit dem bundeseinheitlichen Nummernschlüssel 161 zu registrieren.

Beispiel für die Beurkundung des fünften DSTA im Jahr 2017 durch den Landesverband Hessen, Bezirk Darmstadt-Dieburg, Ortsgruppe Griesheim

07 01 004	/ 161	/ 005	/ 17
Gliederung	/ DSTA	/ lfd. Nr.	/ Jahr