



# Lehrgangsausschreibung Kreis-Wasserwacht Nürnberg-Stadt

## Rettungsschwimmkurs Silber

<b>Zielgruppe</b>	Personen die das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen in Silber absolvieren wollen
<b>Allgemein</b>	Der Kurs besteht aus einem theoretischen Teil, der online absolviert werden muss, sowie aus mindestens 4 Praxisabenden mit Abnahmen der Prüfung.
<b>Voraussetzung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mind. 14 Jahre (Bronze) (inkl. Einverständnis des Erziehungsberechtigten)</li><li>• Sicheres Schwimmen in Brust-, Rücken-, und Kraulschwimmen</li><li>• Nachweis über einen Erste-Hilfe-Kurs, nicht älter als 2 Jahre</li><li>• Digitales Endgerät mit Internetzugang für die online Theorie</li></ul>
<b>Ausbildungsinhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gefahren am und im Wasser</li><li>• Hilfe bei Bade, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremdreitung)</li><li>• Vermeidung von Umklammerungen</li><li>• Atmung und Blutkreislauf</li><li>• Hilfe bei Verletzungen und Ertrinkungsunfällen, Hitze und Kälteschäden</li><li>• Aufgaben der Wasserwacht</li><li>• Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen</li><li>• Vorbereitung auf die praktische Prüfung</li></ul>
<b>Prüfung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50 m Kraulschwimmen, 150 m Brustschwimmen und 200 m Schwimmen in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit.</li><li>• 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden.</li><li>• Sprung aus 3 m Höhe.</li><li>• 25 m Streckentauchen.</li><li>• Dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopf- und einmal fußwärts innerhalb 3 Minuten, mit dreimaligem Herausholen eines 5 kg- Tauchringes oder gleichartigen Gegenstandes</li><li>• 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten.</li><li>• Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus:<ul style="list-style-type: none"><li>- Halsumklammerung von hinten &amp; Halswürgegriff von hinten.</li></ul></li><li>• 50 m 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).</li><li>• Handhabung und praktischer Einsatz eines Rettungsgeräts (z.B. Gurtretter, Wurfleine oder Rettungsring).</li><li>• Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:<ul style="list-style-type: none"><li>- Sprung ins Wasser (Kopf- oder Startsprung).</li><li>- 20 m Anschwimmen in der Bauchlage, Abtauchen auf 3-5 m Tiefe, Herausholen eines 5 kg- Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen.</li><li>- Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff.</li><li>- 25 m Schleppen, Sichern und Anlandbringen des Geretteten.</li><li>- 3 Minuten Vorführen der Herz-Lungen- Wiederbelebung (HLW)</li></ul></li></ul>
<b>Ausbildungsziel</b>	Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Silber
<b>Termin und Lehrgangsort</b>	<b>Einführungsveranstaltung:</b> 26.02.2026 19:30-21:00 Uhr BRK Wasserwacht Nürnberg-Stadt, Nunnenbeckstr. 43, 90489 Nürnberg  <b>Praxis</b> 04.03.2026, 11.03.2026, 18.03.2026, 25.03.2026 19:00-21:00 Parkplatz Bereitschaftspolizei, Kornburgerstr. 60, 90469 Nürnberg (gültiger Personalausweis!)
<b>Teilnehmerzahl</b>	Mind. 6 Teilnehmer – Max. 16 Teilnehmer
<b>Anmeldeschluss</b>	15.02.2026
<b>Kosten</b>	65,00 € (vor Kursbeginn zu Zahlen) + 9,50 € Prüfungsgebühr für die online-Theorieprüfung (diese beantragt und zahlt jeder selbst nach absolvierter Online-Theorie)
Träger der Ausbildung	Kreis-Wasserwacht Nürnberg-Stadt, Sulzbacherstr.42, 90489 Nürnberg
Ansprechpartner/in	Marco D´Ascillo, 0911/5301-225 (lehrgang@wasserwacht-nuernberg.de)