



Lehrgangsausschreibung Kreis-Wasserwacht Nürnberg-Stadt

Rettungsschwimmkurs Bronze

Zielgruppe	Personen die das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen in Bronze absolvieren wollen
Allgemein	Der Kurs besteht aus einem theoretischen Teil, der online absolviert werden muss, sowie aus mindestens 4 Praxisabenden mit Abnahmen der Prüfung.
Voraussetzung	<ul style="list-style-type: none">• Mind. 12 Jahre (Bronze) (inkl. Einverständnis des Erziehungsberechtigten)• Sicheres Schwimmen in Brust-, Rücken-, und Kraulschwimmen• Nachweis über einen Erste-Hilfe-Kurs, nicht älter als 2 Jahre• Digitales Endgerät mit Internetzugang für die online Theorie
Ausbildungsinhalt	<ul style="list-style-type: none">• Gefahren am und im Wasser• Hilfe bei Bade, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremdrettung)• Vermeidung von Umklammerungen• Atmung und Blutkreislauf• Hilfe bei Verletzungen und Ertrinkungsunfällen, Hitze und Kälteschäden• Aufgaben der Wasserwacht• Vorbereitung auf die praktische Prüfung
Prüfung	<ul style="list-style-type: none">• 200m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100m in Bauchlage und 100m in Rückenlagen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit• 100m Schwimmen in Kleidung in höchstens 4 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden.• 3 verschiedene Sprünge aus etwa 1m Höhe (z.B. Abrenner, Kopfsprung, Paketsprung, Startsprung, Fußsprung)• 15m Streckentauchen• Zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, einmal kopf- und fußwärts, innerhalb 3 Minuten mit zweimaligem Heraufholen eines 5 kg – Tauchringes oder gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 2 und 3 m)• 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen• Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerung sowie zur Befreiung aus:<ul style="list-style-type: none">- Halsumklammerung von hinten, Halswürgegriff von hinten• 50 m Schleppen mit je einer Hälfte der Strecke Kopf oder Achselgriff und dem Standard Fesselschleppgriff• Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:<ul style="list-style-type: none">- 20m Anschwimmen in Bauchlage, hierbei etwa auf halber Strecke Abtauchen auf 2-3 m Wassertiefe und Heraufholen eines 5 kg – Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen- 20 m Schleppen eines Partners• Demonstration des Anlandbringes• 3 Minuten Vorführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung
Ausbildungsziel	Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Bronze
Termin und Lehrgangsort	<p>Einführungsveranstaltung: 26.02.2026 19:30-21:00 Uhr BRK Wasserwacht Nürnberg-Stadt, Nunnenbeckstr. 43, 90489 Nürnberg</p>
Teilnehmerzahl	Mind. 6 Teilnehmer – Max. 16 Teilnehmer
Anmeldeschluss	15.02.2026
Kosten	65,00 € (vor Kursbeginn zu Zahlen) + 9,50 € Prüfungsgebühr für die online-Theorieprüfung (diese beantragt und zahlt jeder selbst nach absolviertem Online-Theorie)
Träger der Ausbildung	Kreis-Wasserwacht Nürnberg-Stadt, Sulzbacherstr.42, 90489 Nürnberg
Ansprechpartner	Marco D'Asillo, 0911/5301-225 (lehrgang@wasserwacht-nuernberg.de)

