



Lehrgangsausschreibung Kreis-Wasserwacht Nürnberg-Stadt

Rettungsschwimmkurs Silber

Zielgruppe	Personen die das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen in Silber 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. 14 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 Umlammerungen• Atmung und Blutkreislauf• Hilfe bei Verletzungen und Ertrinkungsunfällen, Hitze und Kälteschäden• Aufgaben der Wasserwacht• Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen• Vorbereitung auf die praktische Prüfung
Prüfung	<ul style="list-style-type: none">• 400 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50 m Kraulschwimmen, 150 m Brustschwimmen und 200 m Schwimmen in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit.• 300 m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden.• Sprung aus 3 m Höhe.• 25 m Streckentauchen.• Dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopf- und einmal fußwärts innerhalb 3 Minuten, mit dreimaligem Herausholen eines 5 kg- Tauchringes oder gleichartigen Gegenstandes• 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen in höchstens 1:30 Minuten.• Fertigkeiten zur Vermeidung von Umlammerungen sowie zur Befreiung aus: -Halsumklammerung von hinten & Halswürgegriff von hinten.• 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).• Handhabung und praktischer Einsatz eines Rettungsgeräts (z.B. Gurtretter, Wurfleine oder Rettungsring).• Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist:<ul style="list-style-type: none">- Sprung ins Wasser (Kopf- oder Startsprung).- 20 m Anschwimmen in der Bauchlage, Abtauchen auf 3-5 m Tiefe, Heraufholen eines 5 kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen.- Lösen aus einer Umlammerung durch einen Befreiungsgriff.- 25 m Schleppen, Sichern und Anlandbringen des Geretteten.- 3 Minuten Vorführen der Herz-Lungen- Wiederbelebung (HLW)
Ausbildungsziel	Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Silber
Termin und Lehrgangsort	Einführungsveranstaltung: 26.02.2026 19:30-21:00 Uhr BRK Wasserwacht Nürnberg-Stadt, Nunnenbeckstr. 43, 90489 Nürnberg
Praxis	04.03.2026, 11.03.2026, 18.03.2026, 25.03.2026 19:00-21:00 Parkplatz Bereitschaftspolizei, Kornburgerstr. 60, 90469 Nürnberg (gültiger Personalausweis!)
Teilnehmerzahl	Mind. 6 Teilnehmer – Max. 16 Teilnehmer
Anmeldeschluss	15.02.2025
Kosten	65,00 € (bis 7 Tage vor Kursbeginn zu Zahlen)
Träger der Ausbildung	Kreis-Wasserwacht Nürnberg-Stadt, Sulzbacherstr.42, 90489 Nürnberg
Ansprechpartner/in	Marco D'Asillo, 0911/5301-225 (lehrgang@wasserwacht-nuernberg.de)