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	• Mind. 14 Jahre (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	• 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 • Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen • Vorbereitung auf die praktische Prüfung
Prüfung	• 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 Umklammerungen, 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: - 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 Umklammerung 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:** 19.11.2026 19:30 - 21:00 Uhr BRK Wasserwacht Nürnberg-Stadt, Nunnenbeckstr. 43, 90489 Nürnberg **Praxis** 25.11.2026, 02.12.2026, 09.12.2026, 16.12.2026 jeweils 19:00 - 21:00 Uhr Parkplatz Bereitschaftspolizei, Kornburgerstr. 60, 90469 Nürnberg (gültiger Personalausweis!)
Teilnehmerzahl	Mind. 6 Teilnehmer – Max. 16 Teilnehmer
Anmeldeschluss	13.11.2026
Kosten	65,00 € (vor Kursbeginn zu zahlen), nach Rechnungserhalt+ 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)