

DRK Wasserwacht Magdeburg e.V.
Gr. Diesdorfer Str. 3
39108 Magdeburg
Bürozeit: Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr
Tel.: 0391 / 6367653 in der Bürozeit
e-mail: info@wasserwacht-magdeburg.de
www.wasserwacht-magdeburg.de



Leistungsvoraussetzungen für **Schwimmabzeichen**

Zeugnis für Frühschwimmer (Seepferdchen)

- Sprung vom Beckenrand und 25m Schwimmen
- Herrauholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schulertiefem Wasser

Deutsches Schnorchelabzeichen

- 200m Flossenschwimmen ohne Zeitbegrenzung, davon 100m in Brustlage und 100m in Rückenlage
- 100m Schnorchelschwimmen ohne Startsprung mit Grundausrüstung, dabei viermaliges Abtauchen und Heraufholen je eines kleinen Tauchringes, Wasser nicht tiefer als 2,50m
 - Abtauchen auf 1,80m bis 2,50m, Tauchbrille abnehmen, wiederaufsetzen und ausblasen, mit freier Brille auftauchen
- 50m Retten (Abschleppen) mit Flossen im Achselgriff (Partner ohne Flossen)
 - Kenntnisse über:
 - Atmung, Überatmung und Pendelatmung
 - Wasserdruck und Wassertemperatur
 - Ursache und erkennen von Verletzung der Schädelhöhlen
 - Grundausrüstung – Schnorcheltechnik: Tauchbrille, Flossen, Schnorchel – Beschaffenheit, Wartung, Pflege

DRK Wasserwacht Magdeburg e.V.
Gr. Diesdorfer Str. 3
39108 Magdeburg
Bürozeit: Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr
Tel.: 0391 / 6367653 in der Bürozeit
e-mail: info@wasserwacht-magdeburg.de
www.wasserwacht-magdeburg.de



Deutscher Jugendschwimmpass

Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze – Freischwimmer –

- **Sprung vom Beckenrand und mindestens 200m Schwimmen in höchstens 15 Minuten**
- **Einmal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes**
 - **Sprung aus 1m Höhe oder Startsprung**
 - **Kenntnis von Baderegeln**

Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber –

- **Startsprung und mindestens 400m Schwimmen in höchstens 25 min davon 300m in Bauch- und 100m in Rückenlage**
- **Zweimal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes**
 - **10m Streckentauchen**
 - **Sprung aus 3m Höhe**
- **Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung**

Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold –

- **600m Schwimmen in höchstens 24 min**
- **50m Brustschwimmen in höchstens 70 sec.**
 - **25m Kraulschwimmen**
- **50m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50m Rückenkraulschwimmen**
 - **15m Streckentauchen**
- **Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von 3 kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa 2m innerhalb von 3 min in höchstens 3 Tauchversuchen**
 - **Sprung aus 3m Höhe**
 - **50m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen**
- **Kenntnisse über Baderegeln, Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremdrettung)**