

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 **Deutscher Schwimmpass**

Deutsches Schwimmbzeichen – Bronze – Freischwimmer –

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200m Schwimmen in höchstens 7 min *)
 - Kenntnis der Baderegeln

***) = siehe Altersdifferenzierung in den Ausführungsbestimmungen**

Deutsches Schwimmbzeichen – Silber –

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 400m Schwimmen in höchstens 12min *)
- Zweimal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit heraufholen je eines Gegenstandes
 - 10m Streckentauchen
 - 2 Sprünge vom Beckenrand:
je ein Sprung kopf- und fußwärts
- Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung
 - in höchstens 24 min für Männer *)
 - in höchstens 29 min für Frauen *)

***) = siehe Altersdifferenzierung in den Ausführungsbestimmungen**

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



Deutsches Schwimmbabzeichen – Gold –

- **1000m Schwimmen**
in höchstens 24 min für Männer *)
in höchstens 29 min für Frauen *)
- **100m Schwimmen**
in höchstens 1:50 min für Männer *)
in höchstens 2:00 min für Frauen *)
- **100m Rückenschwimmen, davon 50m mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit**
 - **15m Streckentauchen**
- **Tieftauchen von der Wasseroberfläche und Heraufholen von drei kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa zwei Metern innerhalb von 3 min in höchstens 3 Tauchversuchen**
- **Sprung aus 3m Höhe oder 2 Sprünge aus 1m Höhe, davon je 1 Sprung kopf- und fußwärts**
 - **50m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen**
 - **Nachweis folgender Kenntnisse:**
 - *Baderegeln
 - *Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen
(Selbstrettung und einfache Fremddrettung)

***) = siehe Altersdifferenzierung in den Ausführungsbestimmungen**

ALTERSDIFFERENZIERUNG

Bei den Schwimmprüfungen für den Deutschen Schwimmpass werden die Höchstzeiten je Lebensjahrzehnt (erstmalig mit dem vollendeten 30. Lebensjahr)

- * um 1 min beim 200m Schwimmen für das Deutsche Schwimmbabzeichen – Bronze, - Freischwimmer – und beim 400m Schwimmen für das Deutsche Schwimmbabzeichen – Silber –
- * um 2 min beim 1000m Schwimmen für das Deutsche Schwimmbabzeichen – Gold – sowie
- * um 10 sec. beim 100m Schwimmen für das Deutsche Schwimmbabzeichen – Gold – erhöht