PRÜFUNGSUNTERLAGE RETTER

Die Prüfungsunterlage dient der prüfenden Person (Rettungsschwimmlehrer:in!) ausschließlich zum Eigengebrauch

Vor– und Zuname	Geburtsdatum	Kleiderschwimmen 300 m	30 min Dauerschwimmen, davon 10 min Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit	Streckentauchen 25 m	3x Tieftauchen in 6 min 3-4 m / 5 kg	Tauchen 6 Ringe 20 m² Ca. 2 m Tiefe	Paketsprung aus 2-3 m Höhe	Je 50 m Retten mit Kopf-, Achsel– Fessel– und Seemannsgriff	50 m Transportieren (ziehen)	Halsumkl. v + h / Würgegriff v + h / Brustumkl. v + h - Land und Wasser	Mind. 3 Bergegriffe	Mind. 2 Rettungsgeräte	Besondere Rettungshilfen	Kenntnis der Selbstrettung	Erste Hilfe bei Wasserunfällen, praktische Ausführung der Wiederbelebung	Kombinierte Rettungsübung

ÖSTERREICHISCHES JUGENDROTKREUZ
STEIERMARK

Aus Liebe zum Menschen.