



DRSA (Deutsches Rettungsschwimmabzeichen) Anforderungen

Bronze* (ab 12 Jahren)



1. 200 m Schwimmen in höchstens zehn Minuten, davon 100 in Bauchlage und 100 in Rückenlage
2. 100 m Schwimmen in Kleidung in höchstens vier Minuten
3. drei versch. Sprünge aus einem Meter Höhe
4. 15 m Streckentauchen
5. zweimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, dabei Heraufholen eines Fünf-Kilogramm-Tauchringes
6. 50 m Transportschwimmen
7. Befreiung aus zwei Unklammerungen
8. 50 m Schleppen
9. Kombinierte Übung:
 - a. 20 m Schwimmen in Bauchlage
 - b. auf halber Strecke abtauchen und Fünf-Kilogramm-Tauchring Heraufholen
 - c. 20 m Schleppen eines Partners
10. Demonstration des Anlandbringens
11. Vorführen der HLW (Herz-Lungen-Wiederbelebung)
12. Theoretische Ausbildung und Prüfung

Silber* (ab 15 Jahren)



1. 400 m Schwimmen in max. 15 min., davon 50m Kraulschwimmen, 150 m Brustschwimmen, 200 m Rückenlage mit Grätschwung o h n e Armtätigkeit
2. 300 m Schwimmen in Kleidung max. 12 min., anschl. entkleiden
3. Sprung aus 3 m Höhe
4. 25 m Streckentauchen
5. dreimal Tieftauchen in 3 min. mit heraufholen eines 5 kg-Ringes
6. 50 m Transportschwimmen, max. 1:30 min
7. Vermeidung von Umklammerungen, Befreiung aus Umklammerungen
8. 50 m Schleppen max. 4 min. beide Partner in Kleidung (Achsel- und Fesselschleppgriff)
9. Durchführung HLW

10. Kombinierte Übung:
 - a. 20 m Anschwimmen
 - b. Abtauchen auf 3-5 m mit Heraufholen eines 5 kg-Ringes
 - c. Lösen aus Umklammerung
 - d. 25 m Schleppen
 - e. Anlandbringen des Geretteten
 - f. 3 min Vorführung HLW
11. theoretische Ausbildung und Prüfung

Gold* (ab 16 Jahren)



1. 300 m Flossenschwimmen in max. 6 min, davon 250 m in Bauch- o. Seitenlage, 50 m Schleppen (Partner in Kleidung)
2. 300 m Schwimmen in Kleidung max. 9 min., anschl. entkleiden
3. 100 m Schwimmen in max. 1:40 min.
4. 30 m Streckentauchen, dabei 10 kleine Ringe herausholen
5. dreimal Tieftauchen in Kleidung in max. 3 min mit herausholen eines 5 kg-Ringes
6. 50 m Transportschwimmen (beide bekleidet) in max. 1:30 min
7. Vermeidung von Umklammerungen, Befreiung aus Umklammerungen
8. Kombinierte Übung:
 - a. 25 m Anschwimmen in max. 30 sec.
 - b. Abtauchen auf 3-5 m mit Heraufholen eines 5 kg-Ringes
 - c. Lösen aus Umklammerung
 - d. 25m Schleppen in max. 60 sec mit Fesselschleppgriff
 - e. Anlandbringen des Geretteten
 - f. 3 min Vorführung HLW
9. Handhabung diverser Rettungsgeräte
10. Handhabung gebräuchlicher Wiederbelebungsgeräte
11. theoretische Ausbildung und Prüfung

* Anmerkungen:

- alle Prüfungen bestehen aus einem praktischen und einem theoretischen Teil
- für das DRSA Silber ist ein Nachweis über einen 16 stündigen EH Kurs zu erbringen
- die Prüfungen DRSA Silber und Gold müssen nacheinander abgelegt werden
- vor Beginn des Lehrgangs zum DRSA Gold muss eine Bescheinigung über die Sporttauglichkeit vorgelegt werden (nicht älter als ein Jahr)
- weiterführende Bestimmungen sowie den genauen Wortlaut der praktischen Prüfungen können in der APV R nachgelesen werden
- diese Infoblätter wurden durch die DRK Wasserwacht Lübeck erstellt, eine Weiterverwendung (auch auszugsweise) jeglicher Art ist nur mit Zustimmung des Autors/der Fachdienstleitung genehmigt