



Eine Partnerorganisation des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK

SEKTION OSTERMUNDIGEN-STETTLEN

Infoblatt für Rettungsfreitauchen:

Dieser Kurs soll den Einstieg in die faszinierende Unterwasserwelt erleichtern. Er soll helfen, die notwendige Technik zu erlernen und die Vorgänge im Menschlichen Körper zu verstehen. In diesem Kurs lernen Sie neben dem Tauchen, dass unter Wasser auch viele Gefahren lauern.

Im Freitauchkurs lernen Sie folgendes:

- der sichere Umgang mit Brille, Schnorchel und Flossen
- Theorie und Praxis für Freitaucher
- Orientieren unter Wasser
- mit Hilfe der Unterwassersprache verständigen
- Sicherheitsregeln
- Die Patientenbeurteilung, die Bewusstlosenlagerung und die Beatmung mit dem Mund
- Eine Person aus Wassernot zu befreien, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen.

Am Ende des Kurses werden unter anderem folgende Leistungen geprüft:

- 15 Minuten Dauerschwimmen mit Ausrüstung, Distanzlimite
- Sprint über 100m Distanz mit Ausrüstung, Zeitlimite
- 50m Transport- und Rettungsschwimmen
- Sprung aus 1m Höhe, auftauchen und weiterschwimmen
- 25m Streckentauchen ohne Startsprung mit Ausrüstung
- korrektes Abtauchen fuss- und kopfwärts auf 2.5m Tiefe
- Heraufholen von 10 Gegenständen Tauchteller in einem Tauchgang aus einer Tiefe von mind. 3m, verteilt auf eine Fläche von 4 x 4m.
- Orientierungsübungen
- Rettungsparcours, mit Zeitlimite
- Lebensrettende Sofortmassnahmen nach den Bestimmungen für das Brevet I

Theoriefragen

Um an diesem Kurs teilnehmen zu können musst du zuerst das Brevet 1 Rettungsschwimmen haben. Anmelden kannst du dich bei einer Sektion in deiner Nähe.

Wir wünschen dir beim Tauchen zusammen mit deinen Tauchgefährten viel Spass.

Kursgeld / Foto:

Fr. 150.- Inbegriffen sind sämtliche Kurs- und Prüfungsgebühren. Badeintritte gehen zu Lasten der Kursteilnehmenden.

Das Kursgeld und ein Passfoto werden am 1. Kurstag durch die Kursleitung eingezogen.

Versicherung:

Ist Sache der Kursteilnehmenden.

Kursleitung:

Brevetierte Kursleiter/innen SLRG für Rettungsschwimmen.

Weitere Infos wie Kursort und Kurszeiten:

im Internet: www.slrg-ostermundigen.ch

Anmeldung mit Anmeldeformular an:

Anja Scholl

Dorfmattheweg 17

3110 Münsingen

079 303 50 87

Email: kursleiterchef@slrg-ostermundigen.ch

Adresse:
PC:
Internet:

Postfach 1514
30-32565-7
www.slrg-ostermundigen.ch

3072 Ostermundigen
SLRG Sektion Ostermundigen-Stettlen