

Personalien des Bewerbers

Vorname Name:

Geboren am:

Straße, Nr., PLZ,
Wohnort:

Deutsches
Schwimmabzeichen
Gold erworben am:

in:

Erklärung des Bewerbers und bei Minderjährigen zusätzlich des gesetzlichen Vertreters

Ich erkenne die Vorgaben der Prüfungsordnung Schwimmen/Rettungsschwimmen für den Juniorretter an.

Ort, Datum, Unterschrift des Bewerbers

Bei Minderjährigen:

Ich bin damit einverstanden, dass mein Sohn / meine Tochter den Juniorretter erwirbt.

Ort, Datum, Unterschrift des gesetzl. Vertreters

Ausfertigungsstelle

Eingetragen am:

Reg.Nr.:

Prüfungskarte Juniorretter

Best.-Nr.: 134 01382

Stand 01/2020

Name, Vorname:		hat vom:	bis:
am DLRG Lehrgang in		regelmäßig teilgenommen.	
Prüfungsleistungen		Erfüllt am	Ausbilder
theoretische Prüfung (bundeseinheitlicher Fragebogen)			
100 m Schwimmen ohne Unterbrechung (25 m Kraulschwimmen, 25 m Rückenkraulschwimmen, 25 m Brustschwimmen, 25 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit			
25 m Schleppen eines Partners mit Achselschleppgriff			
Selbstrettungsübung: Kombinierte Übung in leichter Freizeitbekleidung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist (fußwärts ins Wasser springen, danach Schwebelage einnehmen, 4 Minuten Schweben an der Wasseroberfläche in Rückenlage mit Paddelbewegungen, 6 Minuten langsames Schwimmen, jedoch mindestens viermal die Körperlage wechseln (Bauch-, Rücken-, Seitenlage), anschließend die Kleidungsstücke im tiefen Wasser ausziehen)			
Fremdrettungsübung: Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist (15 m in Bauchlage anschwimmen, nach halber Strecke kopfwärts auf ca. 2 m Tiefe abtauchen und zwei kleine Gegenstände (z.B. Tauchringe) heraufholen, diese anschließend fallen lassen und das Anschwimmen fortsetzen, 15 m Schleppen eines Partners mit Achselschleppgriff, Sichern des Geretteten)			

Ich bestätige, dass die Prüfungsleistungen nach den Vorgaben der Prüfungsordnung Schwimmen/Rettungsschwimmen der DLRG erfüllt wurden.

Name und Nummer des Ausbilders

Ort, Datum, Unterschrift Ausbilder