

## DEUTSCHES RETTUNGSSCHWIMMABZEICHEN SILBER

<https://www.wasserwacht.bayern/rettungsschwimmer-werden/rettungsschwimmabzeichen-silber.html>

Das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen Silber ist von allen aktiven Rettern der Wasserwacht jährlich zu wiederholen. Die Leistungsanforderungen, vor allem das Schwimmen mit Kleidung, sind für einen untrainierten Schwimmer nur schwer zu erfüllen. Viele Wasserwacht-Gruppen bieten eine Ausbildung und Prüfung zum DRSA Silber jedoch auch für die Öffentlichkeit an.

### Prüfungsleistungen DRSA Silber

Mindestalter: 15 Jahre

- 400m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50m in Kraulschwimmen, 150m Brustschwimmen und 200m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 300m Schwimmen in Kleidung in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden
- Sprung aus 3m Höhe
- 25m Streckentauchen
- Dreimal Tieftauchen von der Wasseroberfläche, zweimal kopfwärts und einmal fußwärts innerhalb von 3 Minuten mit dreimaligen Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes (Wassertiefe zwischen 3 und 5m)
- 50m Transportschwimmen: Schieben in höchstens 1:30 Minuten
- Nachweis der Kenntnisse zur Vermeidung von Umklammerung sowie Fertigkeiten zur Befreiung aus Halsumklammerung und Halswürgegriff von hinten
- 50m Schleppen in höchstens 4 Minuten, beide Partner in Kleidung, je 1/2 Strecke mit Achsel- und einem dem Fesselschleppgriff (Schleppgriff nach Flaig oder Seemannsgriff)
- Nachweis der Kenntnisse von Atmung und Blutkreislauf sowie Durchführung der Wiederbelebung

### Kombinierte Übung, die ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge zu erfüllen ist

- 20m Anschwimmen in Bauchlage
- Abtauchen auf 3-5m Wassertiefe, Heraufholen eines 5-kg-Tauchrings oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallen lassen
- Lösen einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
- 25m Schleppen
- Anlandbringen des Geretteten
- 3 Minuten Vorführung der Atemspende am Phantom

### Theoretische Kenntnisse

- Gefahren am und im Wasser
- Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbst- und Fremdreitung)
- Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen
- Rettungsgeräte
- Aufgaben des Roten Kreuzes, insbesondere der Wasserwacht und des Wasserrettungsdienste

### Nachweis folgender Kenntnisse

- Nachweis der erfolgreichen Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs nicht älter als 3 Jahre