



## Rettungsschwimmen bei der Lindauer Wasserwacht



### **Mach mit** und werde **Rettungsschwimmer** im **Wasserrettungsdienst**

Wir suchen **junge Frauen und Männer** (ab etwa 17 Jahren), welche uns beim Kampf gegen den Ertrinkungstod unterstützen.

Qualifiziere Dich bei uns zum Rettungsschwimmer.

Ziele der Rettungsschwimmausbildung sind neben verschiedenen Techniken zum Transport eines Verunglückten im Wasser und dem anschließenden An-Land-Bringen, vor allem die Einschätzung von Risiken und Gefahren für den Retter.

Wenn Du sportliche Ambitionen hast und teamfähig bist, dann findest Du bei der Wasserwacht gleichgesinnte Freunde und Kameraden. Fun und Action gibt's dazu.

Komm zu uns! Zeige was in Dir steckt!

**Aus Spaß am Sport  
und Freude am Helfen.**

### Wasserwacht im BRK Ortsgruppe Lindau

Segelhafen 1  
88131 Lindau/B.

Telefon: 08382-944480 (Do.)

Mail: [info@lindauer-wasserwacht.de](mailto:info@lindauer-wasserwacht.de)

Vorsitzender: Klaus-Dieter Meßmer  
Telefon: 08382-24399

Schwimmtraining:

Montag 20.15h - 21.15h (Winter, Limare)

Montag 19.00h - 20.30h (Sommer, See)

Unterricht/Theorie:

Donnerstag 20.00h - 21.00h



[www.lindauer-wasserwacht.de](http://www.lindauer-wasserwacht.de)





# W a s s e r w a c h t   O r t s g r u p p e   L i n d a u / B .

## Unterstütze durch Deinen ehrenamtlichen Wachdienst

Seit Gründung der Ortsgruppe versehen deren Mitglieder auch Wachdienste um die Sicherheit am Bodensee zu erhöhen. Wenn ein Hilferuf erschallt, gilt es rasch zu handeln. Hat sich beispielsweise ein Kind zu weit ins Wasser gewagt und kann nicht richtig schwimmen? Dann ist es gut, wenn Freiwillige der Wasserwacht zur Stelle sind. Sie dürfen nicht zögern. Sie müssen zupacken. Und zwar richtig.

Für diese Aufgabe, welche im Strandbad Eichwald und im Campingplatz Zech wahrgenommen wird, **benötigt die Wasserwacht weitere Mitglieder**, welche sich in ihrer Freizeit dieser sinnvollen Tätigkeit widmen möchten.

Dass beim Bäderdienst auch der Spaß nicht zu kurz kommt, ist doch klar.

Mit dem Ablegen des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens in Silber ist man bereits berechtigt in einem Schwimmbad als Badeaufsicht tätig zu sein. Auch für viele andere Berufe und Qualifikationen ist das Rettungsschwimmabzeichen notwendig.



## Deutsches Rettungs- schwimmabzeichen Silber

400m Schwimmen in höchstens 15 Minuten, davon 50m Kraul, 150m Brust und 200m Rücken ohne Armtätigkeit

300 m Kleiderschwimmen in höchstens 12 Minuten, anschließend im Wasser entkleiden

Sprung aus 3m Höhe

25m Streckentauchen

3x Tieftauchen innerhalb 3 Minuten mit dreimaligem Heraufholen eines 5kg-Rings

50m Transportschwimmen in max. 1:30 Minuten

50m Schleppen (beide bekleidet) in max. 4 Minuten

Kombi-Übung: Anschwimmen, Herauftauchen eines 5kg-Rings, Lösen einer Umklammerung, Abschleppen, Anlandbringen, 3 Minuten Reanimation am Phantom

Befreiungsgriffe und Handhabung von Rettungsgeräten

Kenntnisse über Atmung, Blutkreislauf und HLW

Theorie: Gefahren am und im Wasser, Hilfe bei Bade-/Boots-/Eisunfällen (Selbst- und Fremddrettung), Rechte und Pflichten bei Hilfeleistungen, Aufgaben des Roten Kreuzes - insbesondere der Wasserwacht und des Wasserrettungsdienstes

Erfolgreich absolvierter Erste-Hilfe-Kurs

## Freizeitrevier Bodensee

Der Bodensee stellt für viele Einheimische und Gäste ein ideales Wassersportrevier und Ausflugs-/Badeziel dar. Somit bleibt es auch nicht aus, dass Personen im Wasser in Not geraten.

Wenn die Wasserwacht nicht gerade vor Ort ist, so kann über Notruf 19222 (vom Handy aus 0049-8382-19222) eine Alarmierung veranlasst werden.

Rettungsschwimmen ist mehr als nur Sport.

