

Schwimmabzeichen



Fröhschwimmerzeugnis - Seepferdchen

- Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen in beliebigem Schwimmstil
- einen Gegenstand mit den Händen aus schulertiefem Wasser herausholen



Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Bronze

- Sprung vom Beckenrand und 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
- Herausholen eines Gegenstandes aus ca. 2 m tiefem Wasser
- Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
- Kenntnis der Baderegeln



Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Silber

- Startsprung und 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten (300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage)
- zweimal Heraufholen eines Gegenstandes aus 2 m tiefem Wasser
- 10 m Streckentauchen
- Sprung aus 3 m Höhe
- Kenntnis der Baderegeln und der Selbstrettung



Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Gold

- 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten
- 50 m Brustschwimmen in höchstens 70 Sekunden
- 25 m Kraulschwimmen
- 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkraulschwimmen
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche (3 Tauchringe aus ca. 2 m tiefem Wasser in 3 Minuten bei maximal 3 Tauchversuchen)
- 15 m Streckentauchen
- Sprung aus 3 m Höhe
- 50 m Transportschwimmen (Schieben oder Ziehen)
- Kenntnis der Baderegeln
- Kenntnis über Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung, einfache Fremdrettung)

aqualip

