



ASSOCIATION LUXEMBOURGEOIS DES INSTRUCTEURS DE NATATION

EINTRAGUNG DER KANDIDATEN DIE ERFOLGREICH AM PRÜFUNGSTERMIN TEILNAHMEN

	NAME	VORNAME	GEBURTSDATUM	BASIC POOL LIFEGUARD	ADVANCED POOL LIFEGUARD
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

DATUM DES PRÜFUNGSTERMINS:

NAME DES PRÜFERS:

ADRESSE DES SCHWIMMBADS:

ÜBERWEISUNG WIRD AN FOLGENDES KONTO GETÄTIGT:

ASSOCIATION LUXEMBOURGEOIS DES INSTRUCTEURS DE NATATION

IBAN LU20 1111 0487 2127 0000

Formular an:

Kevin Jaeger
3, Donatusgaessel
L-8372 Hobscheid



ASSOCIATION LUXEMBOURGEOIS DES INSTRUCTEURS DE NATATION

Basic Pool Lifeguard

Praktische Prüfung:

- 15 Minuten ohne Unterbrechung schwimmen, davon 5 Minuten auf dem Rücken
- 100 Meter mit Bekleidung schwimmen, anschliessend ausziehen und an den Beckenrand werfen
- 30 Meter Abschleppen einer Person oder Dummy, 3 verschiedene Abschleppgriffe sind vorzuführen
- Person aus dem Wasser ziehen und in die stabile Seitenlage legen
- 3,5 Meter Tieftauchen oder 2 Meter abtauchen und anschliessend eine Strecke von 5 Meter tauchen
- 15 Meter Streckentauchen (Start erfolgt im Wasser)
- Sicherheitssprung ins Wasser wird erklärt und vorgeführt
- Befreiungsgriffe und Abschleppgriffe werden erklärt und vorgeführt

Anforderungen:

- Mindestalter von 12 Jahren
- Ärztliche Bescheinigung

Preise

Normal: 20Euro
Student: 10 Euro

Advanced Pool Lifeguard

Praktische Prüfung:

- **Ausdauerschwimmen: 21 Minuten ohne Pause:**
Davon 7 min. Brustschwimmen, 7min. Kraulschwimmen, 7min. Rückenlage mit Brustbeinschlag
- **Streckentauchen :** Mindestens 20 Meter
- **Tieftauchen:** 3,80 Meter oder 2 Meter abtauchen dann 5 Meter Streckentauchen bis zum Reifen (2,5 - 5kg) mit dem Reifen auftauchen und 5 sekunden hochhalten dann den Reifen loslassen. Diese Übung wird 2 mal durchgeführt.
- **Kleiderschwimmen 200 Meter:** Mit dem Rettungssprung (Paketsprung, Scherensprung) ins Wasser, 100 Meter Brustschwimmen und 100 Meter Rückenlage mit Brustbeinschlag.
Die 200 Meter sind in max. 8 Minuten, inklusive Kleider ausziehen, zu schwimmen
- **Befreiungsgriffe:** 5 verschiedene vorführen
- **Abschleppgriffe:** 4 verschiedene vorführen
- **Rettungsschwimmer Parcours:** Der Kandidat springt mit einem Sicherheitssprung ins Wasser, schwimmt dann 20 Meter an und taucht dann 2-5 Meter bis zur Person (Dummy /Person). Dann wird die Person 35 Meter abgeschleppt. Während 35 Meter sind 3 Abschleppgriffe vorzuführen und die abgeschleppte Person versucht sich 1 mal zu befreien. Nach 35 Meter wird die Person aus dem Wasser gehoben.
Mit dem Rauteckgriff wird die Person vom Beckenrand gezogen, die Vitalfunktionen werden kontrolliert, die Person in die stabile Seitenlage gelegt und Notruf tätigen.

Anforderungen:

- Mindestalter 15 Jahre
- Ärztliche Bescheinigung
- Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs
- Kenntnisse im Umgang mit der AED Rettung

Preise

Normal: 25 Euro
Student 15 Euro