



Disziplinenbeschreibungen Erwachsene Freiwasser

Disziplinenbeschreibungen Freiwasser

Disziplinenbeschreibung Erwachsene



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

F1. Disziplin

Retten mit Rettungsboje

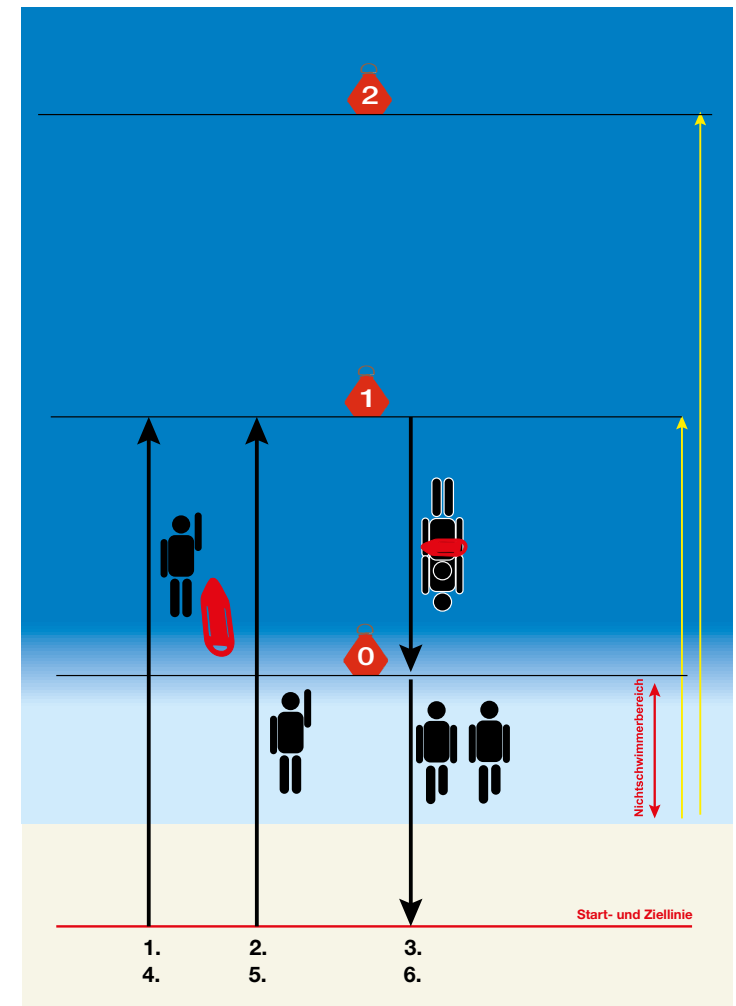
Folgende Bojen werden eingesetzt:

Boje 0: Einsatz im Flachwasserbereich → Zeigt an, bis wohin mindestens geschwommen werden muss, bevor Richtung Start-/Ziellinie gelaufen werden kann

Boje 1: Einsatz ca. 30 m von der Wasserkante entfernt

Boje 2: Einsatz ca. 60 m von der Wasserkante entfernt

1. Auf das Startsignal hin startet die/der mit Rettungsboje ausgerüstete **Schwimmer*in 1** und schwimmt zur ihr/ihm zugeteilten Boje 1. Sie/er signalisiert ihr/sein Ankommen mit einem Pfiff durch die an der Boje befestigten Signalpfeife und Handzeichen.
2. Daraufhin startet Schwimmer*in 2 und schwimmt bis zur Boje 1.
3. Von dort wird sie/er durch **Schwimmer*in 1** unter Einsatz der Rettungsboje zurück zum Ufer geschleppt. Dazu greift die/der Retter*in unter den Armen des Rettlings hindurch und fasst die Boje mit beiden Händen an dem Haltegriff/den Haltegriffen. Die Arme des Rettlings liegen über der Rettungsboje vor dem Körper. Beide Schwimmer*innen befinden sich in Rückenlage (ähnlich Achselgriff). Eine Beinarbeit des Rettlings ist nicht gestattet. Wenn beide Schwimmer*innen hinter der Start-/Ziellinie ankommen, erfolgt die Übergabe der Boje an Schwimmer*in 3.
- 4.- 6. **Schwimmer*innen 3 und 4** verfahren wie Schwimmer*innen 1 und 2.



Lauf	Bahn	Mannschaft
------	------	------------



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Zeitzuschläge	bis zu:	Schwimmer*in/Bemerkungen
Fehlstart bei letztem zulässigen Start/(alle Beteiligten)	3 s	
Fehlerhafter Wechsel	3 s	
Reihenfolge nicht eingehalten	5 s	
Transportgriff fehlerhaft	5 s	
Rettling führt unterstützende Bewegungen aus/je m	1 s	

Raum für Notizen und weitere Bemerkungen	Schwimmzeit	
	+ Zuschlag	
	Gesamtzeit	
Ggf. Bestätigung Oberschiedsrichter*in		Namenskürzel und Unterschrift Rettungsschwimmrichter*in

Disziplinenbeschreibung Erwachsene



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

F2. Disziplin

Retten mit Rettungsbrett

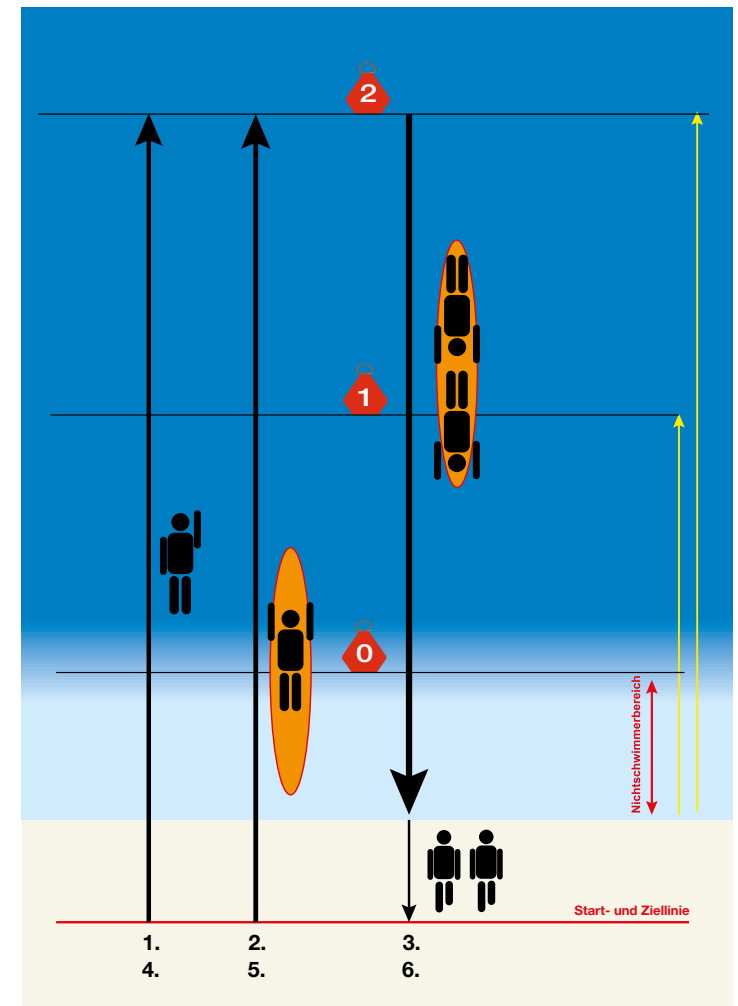
Folgende Bojen werden eingesetzt:

Boje 0: Einsatz im Flachwasserbereich → Zeigt an, bis wohin mindestens geschwommen werden muss, bevor Richtung Start-/Ziellinie gelaufen werden kann

Boje 1: Einsatz ca. 30 m von der Wasserkante entfernt

Boje 2: Einsatz ca. 60 m von der Wasserkante entfernt

1. Auf das Startsignal hin startet **Schwimmer*in 1** und schwimmt zur ihr/ihm zugeteilten Boje 2. Sie/er signalisiert ihr/sein Ankommen mit einem Pfiff durch die an der Boje befestigten Signalpfeife und Handzeichen.
2. Daraufhin startet die/der mit Rettungsbrett ausgerüstete **Schwimmer*in 2** und paddelt damit bis zur Boje 2.
3. Dort nimmt sie/er Schwimmer*in 1 auf und beide paddeln auf dem Rettungsbrett sitzend oder liegend zurück zum Ufer. Das Rettungsbrett wird an der Wasserkante abgelegt.
- 4.- 6. Wenn beide Schwimmer*innen hinter der Start-/Ziellinie ankommen, startet Schwimmer*in 3. **Schwimmer*innen 3 und 4** verfahren wie Schwimmer*innen 1 und 2.



Lauf	Bahn	Mannschaft
------	------	------------



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Zeitzuschläge	bis zu:	Schwimmer*in/Bemerkungen
Fehlstart bei letztem zulässigen Start/(alle Beteiligten)	3 s	
Fehlerhafter Wechsel	3 s	
Reihenfolge nicht eingehalten	5 s	

Raum für Notizen und weitere Bemerkungen	Schwimmzeit	
	+ Zuschlag	
	Gesamtzeit	
Ggf. Bestätigung Oberschiedsrichter*in		Namenskürzel und Unterschrift Rettungsschwimmrichter*in

Disziplinenbeschreibung Erwachsene



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

F3. Disziplin

Rettungsleinenstaffel

Folgende Bojen werden eingesetzt:

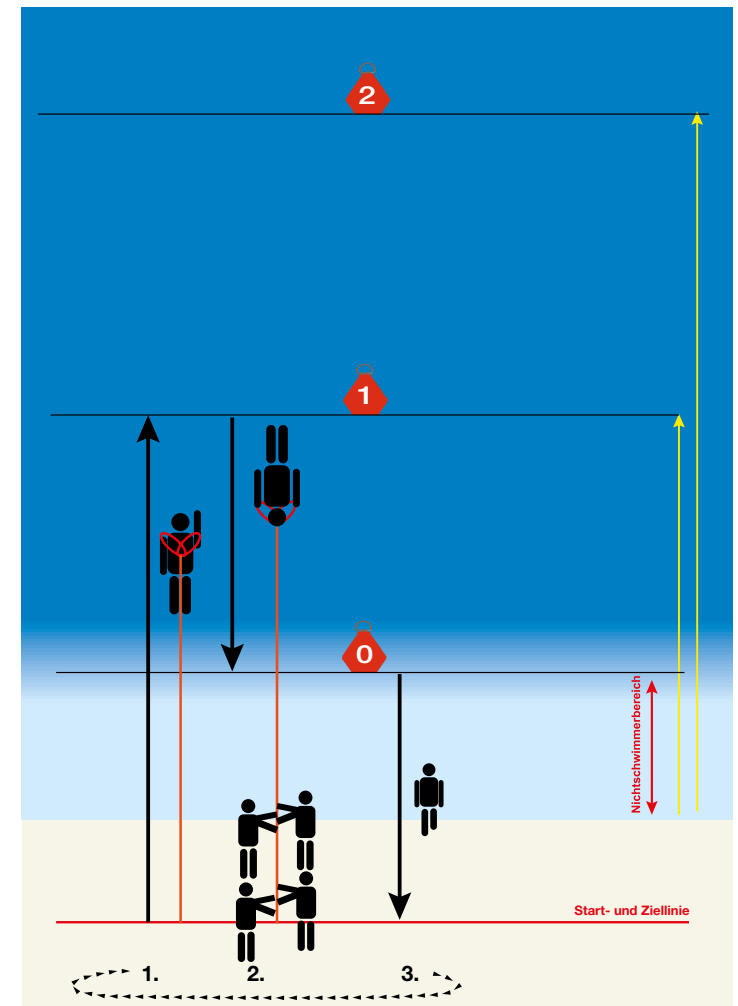
Boje 0: Einsatz im Flachwasserbereich → Zeigt an, bis wohin die/der Retter*in maximal gezogen werden darf.

Boje 1: Einsatz ca. 30 m von der Wasserkante entfernt

Boje 2: Einsatz ca. 60 m von der Wasserkante entfernt

1. **Schwimmer*in 1** startet mit Rettungsgurt und Leine und schwimmt zur ihr/ihm zugeteilten Boje 1. Sie/er signalisiert ihr/sein Ankommen mit einem Pfiff durch die an der Boje befestigten Signalpfeife und Handzeichen.
2. Daraufhin wird sie/er durch ihre/seine Mannschaftsmitglieder zurückgezogen. Die Anzahl der Zieher*innen ist freigestellt.
3. Wenn Schwimmer*in 1 hinter der Start-/Ziellinie ankommt, wird der Rettungsgurt auf beliebige Weise an Schwimmer*in 2 übergeben.

Schwimmer*innen 2 bis 4 verfahren wie Schwimmer*in 1.



Lauf	Bahn	Mannschaft
------	------	------------



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Zeitzuschläge	bis zu:	Schwimmer*in/Bemerkungen
Fehlstart bei letztem zulässigen Start/(alle Beteiligten)	3 s	
Fehlerhafter Wechsel	3 s	
Reihenfolge nicht eingehalten	5 s	

Raum für Notizen und weitere Bemerkungen	Schwimmzeit	
	+ Zuschlag	
	Gesamtzeit	
Ggf. Bestätigung Oberschiedsrichter*in		Namenskürzel und Unterschrift Rettungsschwimmrichter*in

Disziplinenbeschreibung Erwachsene



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

F4. Disziplin

Rettungsschwimmstaffel

Folgende Bojen werden eingesetzt:

Boje 0: Einsatz im Flachwasserbereich → Zeigt an, bis wohin mindestens geschwommen werden muss, bevor Richtung Start-/Ziellinie gelaufen werden kann

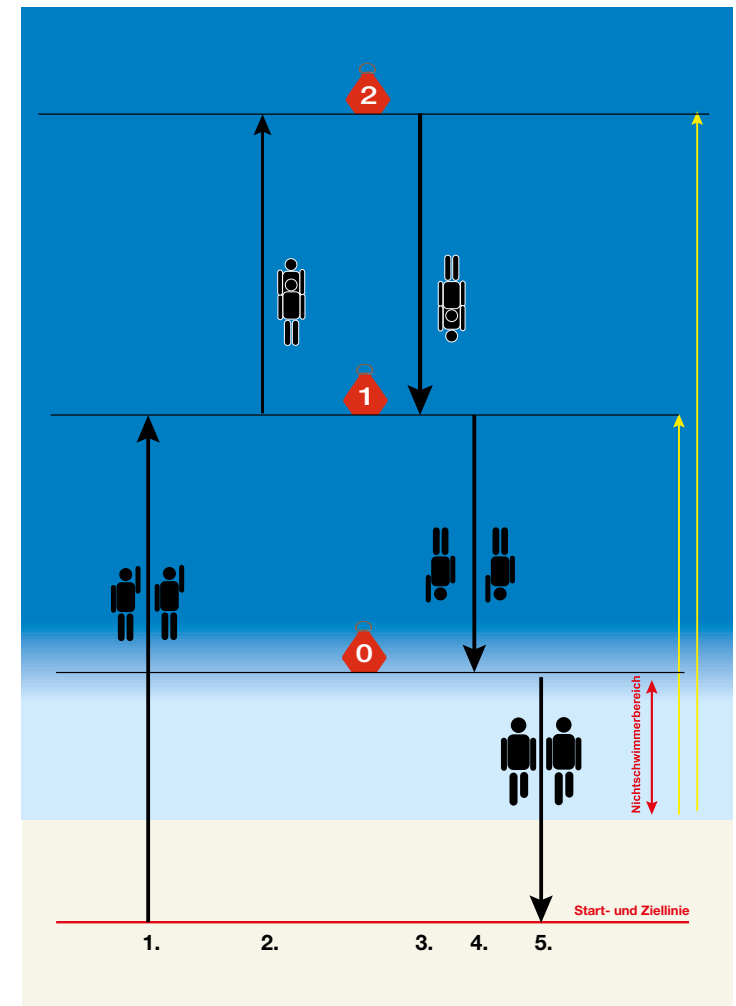
Boje 1: Einsatz ca. 30 m von der Wasserkante entfernt

Boje 2: Einsatz ca. 60 m von der Wasserkante entfernt

1. Auf das Startsignal hin starten **Schwimmer*innen 1 und 2** und schwimmen in beliebiger Schwimmart zur ihnen zugeteilten Boje 1.
2. Von dort schleppt Schwimmer*in 1 die/den Schwimmer*in 2 mit Achselgriff bis zur Boje 2.
3. Nach Anschlag der Retterin/des Retters an der Boje wird gewechselt und Schwimmer*in 2 schleppt Schwimmer*in 1 mit dem Standard-Fesselschleppgriff (ehem. „Fesselschleppgriff nach Flaig“) zurück zur Boje 1.
4. Nach Anschlag des der Retterin/des Retters schwimmen beide Schwimmer*innen in beliebiger Schwimmart zurück zum Ufer.
5. Wenn beide Schwimmer*innen hinter der Start-/Ziellinie ankommen, starten Schwimmer*innen 3 und 4.
6. Sie verfahren wie Schwimmer*innen 1 und 2, wobei **Schwimmer*in 3** den Fesselschleppgriff (Seemannsgriff) und **Schwimmer*in 4** den Schiebegriff anwenden.

Anmerkungen:

Beim Seemannsgriff schwimmt die/der Retter*in in Rückenlage (Grätsch-Beinschlag). Der Seemannsgriff ist als Rettungsgriff nur dann gewährleistet, wenn beim Transport der Rettling auf der Brust der Retterin/des Retters liegt und beide sich in Rückenlage befinden. Bei der Anwendung des Schiebegriffs ist nur Brustschwimmen erlaubt. Während des Abschleppens, bzw. während des Transports, darf der Rettling keine eigenen Bewegungen durchführen.



Lauf	Bahn	Mannschaft
------	------	------------



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Zeitzuschläge	bis zu:	Schwimmer*in/Bemerkungen
Fehlstart bei letztem zulässigen Start/(alle Beteiligten)	3 s	
Fehlerhafter Wechsel	3 s	
Reihenfolge nicht eingehalten	5 s	
Transportgriff fehlerhaft	5 s	

Raum für Notizen und weitere Bemerkungen	Schwimmzeit	
	+ Zuschlag	
	Gesamtzeit	
Ggf. Bestätigung Oberschiedsrichter*in		Namenskürzel und Unterschrift Rettungsschwimmrichter*in

Wasserwacht

Mit Sicherheit am Wasser.

Lauf	Bahn	Mannschaft
------	------	------------



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Zeitzuschläge	bis zu:	Schwimmer*in/Bemerkungen
Fehlstart bei letztem zulässigen Start/(alle Beteiligten)	3 s	
Reihenfolge nicht eingehalten	5 s	

Raum für Notizen und weitere Bemerkungen	Schwimmzeit	
	+ Zuschlag	
	Gesamtzeit	
Ggf. Bestätigung Oberschiedsrichter*in		Namenskürzel und Unterschrift Rettungsschwimmrichter*in

Disziplinenbeschreibung Erwachsene



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

F6. Disziplin Strandsprint-Staffel

Jeder der vier Mannschaftsmitglieder absolviert einen Sprint über 60 Meter am Strand. Die Staffel wird als 4 x 60-m-Pendelstaffel ausgetragen. Der Wechsel erfolgt durch Abschlagen.

Lauf	Bahn	Mannschaft
------	------	------------



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Zeitzuschläge	bis zu:	Schwimmer*in/Bemerkungen
Fehlstart bei letztem zulässigen Start/(alle Beteiligten)	3 s	
Fehlerhafter Wechsel	3 s	

Raum für Notizen und weitere Bemerkungen	Schwimmzeit	
	+ Zuschlag	
	Gesamtzeit	
Ggf. Bestätigung Oberschiedsrichter*in		Namenskürzel und Unterschrift Rettungsschwimmrichter*in

Disziplinenbeschreibung Erwachsene

Blankovorlage zum individuellen Ausfüllen/Ergänzung



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Disziplin

Bereich ankreuzen: ☐ Hallenbad ☐ Freiwasser

Ausrüstung der Schwimmer*innen

Ablaufbeschreibung

Lauf	Bahn	Mannschaft
------	------	------------



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Zeitzuschläge	bis zu:	Schwimmer*in/Bemerkungen
	s	
	s	
	s	
	s	
	s	
	s	
	s	
	s	

	Schwimmzeit	
	+ Zuschlag	
	Gesamtzeit	
Ggf. Bestätigung Oberschiedsrichter*in		Namenskürzel und Unterschrift Rettungsschwimmer*in



Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

Impressum

Disziplinenbeschreibungen Freiwasser

Herausgegeben von: Deutsches Rotes Kreuz e. V., Carstennstraße 58, 12205 Berlin

Fachverantwortung: DRK-Generalsekretariat, Team 23, Ehrenamt

Titelfoto: Sven Rogge, DRK-Landesverband Sachsen e. V.

Grafiken: Michael Birkner, Wasserwacht Chemnitz

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, Übersetzung, Einspeicherung, Verarbeitung und Verbreitung in jeglicher Form sind nicht erlaubt.

© 2022 Deutsches Rotes Kreuz e. V., Berlin

Nur für den Dienstgebrauch im Deutschen Roten Kreuz