

Möchtest du das Seepferdchen oder das Deutsche Schwimmabzeichen Bronze / Silber / Gold machen?

Die **DLRG-Ortsgruppe Grenzach-Wyhlen** bietet die Abnahme folgender Abzeichen für **NICHT DLRG Mitglieder** an:

Frühschwimmer (Seepferdchen)

- Sprung vom Beckenrand und 25 m **Schwimmen + ins Wasser ausatmen**
- Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser
- Kenntnis der Baderegeln (der DLRG)



Deutsches Schwimmabzeichen Bronze (Freischwimmer)

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und **15 min. Schwimmen**, mindestens 200 m davon 150m Bauch- oder Rückenlage und 50m in der anderen Körperlage (Lagenwechsel auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)
- einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Herausholen eines Gegenstandes
- Ein Paketsprung vom Startblock oder 1 m-Brett
- Kenntnis der Baderegeln (der DLRG)



Deutsches Schwimmabzeichen Silber / Gold :

- Bei Interesse schreiben Sie bitte eine Email an die u.g. Adresse.



Eine **Anmeldung per Email** an TL-Ausbildung@grenzach-wyhlen.dlrg.de (Kerstin Kock) **ist erforderlich!** Bitte nennen Sie uns den Namen des Prüflings, das Geburtsdatum sowie Ihre Telefon Nr. für evtl. Rückfragen.

Der Unkostenbeitrag (inkl. Ausweis und Abzeichen) beträgt 10 €. Der Eintritt für das Freibad ist nicht enthalten.

Folgende Termine zur Prüfungsabnahme sind ab 17 / 18 Uhr möglich / geplant:
22.07. / 05.08. / 12.08. / 19.08.

Alle Prüfungen sind **ohne Hilfsmittel** zu absolvieren, ein **eindeutiger Schwimmstil** wird verlangt.

**Termine für
Schwimmprüfungen
hier im
Freibad Grenzach!**

