

**Nachweis der
Aktualisierung der Rettungsfähigkeit
gemäß Erlass des Niedersächsischen Kultusministeriums
„Bestimmungen für den Schulsport“
vom 01.09.2018**

zur Vorlage bei der Schulleitung

Herr / Frau _____

Schule _____

hat am _____

in der Schwimmstätte _____

den Nachweis für die Leistungen einer „Kombinierten Übung“ gemäß Erlass des Niedersächsischen Kultusministeriums „Bestimmungen für den Schulsport“ vom 01.09.2018 ohne Pause in der angegebenen Reihenfolge erfüllt.

Dazu gehörten folgende Bedingungen:

- 15 m Anschwimmen in Bauchlage
- Abtauchen auf 2 bis 3 m Wassertiefe und Heraufholen eines 5-kg-Tauchringes oder eines gleichartigen Gegenstandes, diesen anschließend fallenlassen
- Lösen aus einer Umklammerung durch einen Befreiungsgriff
- 15 m Schleppen einer Partnerin bzw. eines Partners
- Anlandbringen der oder des Geretteten
- Vorführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

Zusatzleistung: Es wurde eine Tauchtiefe von über 3 m nachgewiesen.

Ort und Datum

Leiterin bzw. Leiter der Maßnahme

Unterschrift