

Prüfungsbedingungen

Anfängerzeugnis (Seepferdchen)



Kenntnis von Baderegeln, Sprung vom Beckenrand, anschließendes 25 m Schwimmen in einer Schwimmart in Bauch- oder Rückenlage (Grobform, während des Schwimmens in Bauchlage erkennbar ins Wasser ausatmen), Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser (Schultertiefe bezogen auf den Prüfling).

Deutsches Schwimmbzeichen Bronze



Kenntnis von Baderegeln, Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen, in dieser Zeit mind. 200 m zurücklegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten). Einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring), Paketsprung vom Startblock oder 1-m-Brett.

Deutsches Schwimmbzeichen Silber



Kenntnis von Baderegeln und Verhalten zur Selbstrettung, Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 Minuten Schwimmen, in dieser Zeit mind. 400 m zurücklegen, davon 300 m in Bauch- oder Rückenlage, in einer erkennbaren Schwimmart und 100 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten). Zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleinen Tauchringen), 10 m Streckentauchen mit Abstoßen vom Beckenrand im Wasser, Sprung aus 3 m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe.

Deutsches Schwimmbzeichen Gold



Kenntnis der Baderegeln, Kenntnis der Hilfe bei Bade- Boots und Eisunfällen (Selbst- und einfache Fremdrettung). Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 30 Min. Schwimmen, in dieser Zeit mind. 800 m zurücklegen, davon 650 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 150 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten). Startsprung und 25 m Kraulschwimmen, Startsprung und 50 m Brustschwimmen in höchstens 1:15 Minuten, 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder Rückenkraulschwimmen, 10 m Streckentauchen aus der Schwimmlage (ohne Abstoßen vom Beckenrand). Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei kleinen Gegenständen (z.B. kleinen Tauchringen) aus einer Wassertiefe von etwa zwei Metern innerhalb von 3 Minuten mit höchstens 3 Tauchversuchen. Sprung aus 3 m Höhe oder 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe, 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen

Eine Differenzierung zwischen Jugend- und Erwachsenenschwimmbzeichen/Schwimmpass findet seit der Novelle der Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen - Retten - Tauchen am 1.1.2020 nicht mehr statt.