

SR erwerben mit bestehen des SR1 die Qualifikation zum Strömungsretter und sind damit, angeleitet durch einen SR2, Spezialist für Rettungen in und an schnell fließenden Gewässern auch unter Nutzung einfacher seiltechnischer Verfahren.

Ergänzend zu den Voraussetzungen nach PO 10 / AV 1028:

- Mitgliedschaft in der DLRG
- Mindestalter 16 Jahre
- Basisausbildung Einsatzdienste (401)
- Aufbaumodul „Umgang mit Rettungsgeräten und Überwachung von Wasserflächen“ (402)
- Aufbaumodul „Schwimmen in fließenden Gewässern“ (403)
- Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Silber (152), nicht älter als zwei Jahre
- Sanitätslehrgang A (331), nicht älter als vier Jahre oder Sanitätstraining (341), nicht älter als vier Jahre
- Körperliche Fitness (Lauffest 2100 m in 12 Minuten; wird zu Beginn des Lehrgangs abgeprüft)
- Nachweis 400 m Schwimmen in 8 Minuten
- Ärztliche Tauglichkeitsuntersuchung oder Selbsterklärung zum Gesundheitszustand
- Befürwortung der entsendenden Gliederung

hat sich gezeigt, dass die Vorbereitung auf den Lehrgang essenziell zum Bestehen ist. Dies verhindert die Ablösung vom oder das Nichtbestehen des Lehrgangs. Auch verhindert wird hierdurch, dass unzureichend vorbereitete Teilnehmende Lehrgangsplätze anderer Interessenten blockieren.

Folgende Checkliste ist ein Hilfsmittel für die Vorbereitung zum Lehrgang 1011. Diese wird als Vorbereitung auf den Lehrgang 1011 ausgegeben und ist zu Lehrgangsbeginn der Lehrgangsleitung ausgefüllt vorzulegen. Empfohlen wird ein Zeitraum zur Abarbeitung von mindestens einem halben Jahr.

Die Teilnahme an den Lehrgängen 401-403 und besonders die 411 nach alter Prüfungsordnung sind **nicht** ausreichend zur Vorbereitung auf den Lehrgang 1011. Es bedarf einer gewissenhaften Aufarbeitung einiger Inhalte der zuvor genannten Lehrgänge, um die Teilnahmevoraussetzungen zu erfüllen.

Grundlage dieser Empfehlungen ist u.a. die „Checkliste Beurteilung Strömungsretter 1“ (PO 10/AV 1011, S. 254) und Beratungen des AK Strömungsrettung nach Auswertung vergangener SR1-Lehrgänge im LV Nds.

Der Lauf-Ausdauerstest ist in der Vorbereitung und erneut auf dem Lehrgang abzulegen, ebenfalls kann die erneute Erbringung des Schwimmnachweises beim Lehrgang selbst eingefordert werden.

Checkliste für angehende SR1 – Vorbereitung auf Lehrgang 1011

Merkblatt
NDS-SR-05-25

Name	Vorname	Geburtsdatum
Kriterium	Abnahme durch	Datum, Name, Funktion
Fitness und Schwimmen	Lauf-Ausdauerstest (2100 m in max. 12 Min)	jeder Ausbilder oder Prüfer
	Schwimmen (400 m in max. 8 Min)	jeder Ausbilder oder Prüfer
	Sichere Schwimmtechnik und Wasserlage in PSA nass (Inhalte aus AV 403)	SR2 oder Ausbilder WRD
PSA	PSA personalisiert und angepasst (PSAgA inkl. Standard-Gurtbestückung gemäß Information 2022-11 Empfehlung Material SR+ PSA nass gemäß Merkblatt SR-01-20, Panikverschluss auf Länge gem. Hersteller – Merkblatt SR-10-24)	SR2 oder Ausbilder WRD
	PSA nass an- und direkt wieder ausziehen (Empfehlung: 3x, davon 2x in max. 10 Min)	SR2 oder Ausbilder WRD
	PSA nass + PSAgA an- und direkt wieder ausziehen (Empfehlung: 3x, davon 2x in max. 15 Min)	SR2
Praktische Fähigkeiten	Rettungswurfsack (Inhalte aus AV 402)	SR2
	Knoten: (Doppelter*) Achtknoten, HMS-Knoten*, Mastwurf*, Ankerstich (an mind. 3 Terminen geprüft, Zusatz: kennt Zweck und Risiken der Knoten) -- Inhalte aus AV 401 --	SR2, Ausbilder WRD oder Gruppenführer
Theoretische Inhalte	AV 401 2.4.2 Eigenschutz	SR2, Ausbilder WRD oder Gruppenführer
	AV 401 2.5.1 Umgang mit Leinen und Seilen	
	AV 401 Grundsätze der Rettung	
	AV 401 2.6.5 Selbst- & Fremdsicherung mit Seilen	
	AV 403 Die PSA beim Strömungsschwimmen	
	AV 403 Schwimmen im fließenden Gewässer	
	Selbststudium der Inhalte: 1011 – Online-Modul auf www.stroemungsretter.de Test durchführen und einreichen	Anwärter

* legen und stecken

T Überprüfung durch theoretische Durchsprache und Abfrage