

Prüfungsbedingungen (Auszug)

Seepferdchen

- Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen
- Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser

Jugendschwimmabzeichen Bronze

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
- Heraufholen eines Gegenstandes aus ca. 2 m tiefem Wasser

Jugendschwimmabzeichen Silber

- Startsprung und mindestens 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten (300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage)
- zweimal Heraufholen eines Gegenstandes aus 2 m tiefem Wasser
- 10 m Streckentauchen
- Sprung aus 3 m Höhe
- Kenntnis der Baderegeln und Selbstrettung

Jugendschwimmabzeichen Gold (ab 9 Jahre)

- 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten
- 50 m Brustschwimmen in höchstens 70 Sekunden
- 25 m Kraulschwimmen
- 50 m Rückenschwimmen
- 15 m Streckentauchen
- Tieftauchen (drei Tauchringe aus ca. 2 m tiefem Wasser in 3 Minuten)
- Sprung aus 3 m Höhe
- 50 m Transportschwimmen (Schieben und Ziehen)
- Kenntnis der Baderegeln und der Hilfsmöglichkeiten bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und einfache Fremddrettung)

Juniorretter (ab 10 Jahre)

- 100 m Schwimmen ohne Unterbrechung (je 25 m Kraul-, Rücken-, Brust- und Rückenschwimmen mit Grätschschwung)
- 25 m Schleppen (Achselgriff)
- Kombinierte Übung in leichter Kleidung zur Selbstrettung
- Kombinierte Übung zur Fremddrettung
- Kenntnisse der Selbstrettung, Fremddrettung und der Ersten Hilfe

Die Ausbildungsorte und Zeiten

Montags 20.30-22.00 Uhr

Hallenbad Oberhausen

Rettungsschwimmkurse für Nichtmitglieder

Dienstags 18.15-20.15 Uhr

Heinrich-Heine-Gymnasium

Lehrschwimmbecken

Anfängerschwimmunterricht für Kinder, anschließend Wassergymnastik

Mittwochs 17.00-19.00 Uhr

AQUAPark

Anfängerschwimmunterricht und Schwimmabzeichen für Kinder und Erwachsene

Donnerstags 17.00-18.00 Uhr

Erich-Kästner-Schule

Lehrschwimmbecken

Wassergymnastik

Donnerstags 18.30-20.30 Uhr

Hallenbad Sterkrade

Anfängerschwimmunterricht und Schwimmabzeichen für Kinder, Wassergymnastik, Rettungsschwimmkurse für Helfer und Training

Freitags 17.00-18.30 Uhr

Hallenbad Oberhausen

Anfängerschwimmunterricht und Schwimmabzeichen für Kinder, Rettungsschwimmkurse für Helfer und Training

Samstags 9.30-11.30 Uhr

AQUAPark

Mitgliederschwimmen, Sonderausbildungen

DLRG Bezirk Oberhausen e.V.

Lindnerstraße 6 - 46149 Oberhausen

www.dlrg-oberhausen.de
info@dlrg-oberhausen.de

Wir über uns

Die Arbeit der DLRG in Oberhausen

www.dlrg-oberhausen.de
info@dlrg-oberhausen.de



Bezirk
Oberhausen e.V.

Die Geschichte der DLRG in Oberhausen

Der Bezirk Oberhausen wurde 1921 gegründet. In seiner jetzigen Form, als selbstständigen, eingetragenen Verein, gibt es ihn seit dem 26.06.1990. Am 2. Juli 1939 wurde das erste feste DLRG Heim in Oberhausen seiner Bestimmung übergeben. Dieses Haus besteht, wenn auch mit baulichen Veränderungen, heute noch. Das DLRG Heim steht an der Lindnerstr.6 in der Nähe des Niederrhein Stadions am Rhein-Herne-Kanal. Dort stehen den Mitgliedern Räumlichkeiten z.B. für Feiern zur Verfügung. Das DLRG Heim ist bewirtschaftet und somit ist dort auch der zentrale Anlaufpunkt für Mitglieder und deren Familien.



Unsere Aufgaben und Leistungen



Die Hauptaufgabe, die sich die DLRG in Oberhausen gestellt hat, ist der Kampf dem nassen Tod. Wie stellt sich das dar ?

- Ausbildung von Anfängern zu Schwimmern
- Ausbildung von Schwimmern zu Rettungsschwimmern
- Ausbildung von Rettungsschwimmern zu Ausbildern, Bootsführern, Schnorcheltauchern, Ersthelfern

Mitgliedschaft im Bezirk Oberhausen e.V.

Wenn Sie aktiv bei uns mitarbeiten möchten, sollten Sie im Bezirk Oberhausen Mitglied werden. Da unser Mitgliedsbeitrag ein Jahresbeitrag ist, lohnt es sich, die Mitgliedschaft zum Anfang des Jahres einzugehen. Die Jahresbeiträge sehen wie folgt aus:

Kinder / Jugendliche 22,- € / Jahr

Erwachsene 28,- € / Jahr

Familien 56,- € / Jahr

(mind. 3 Personen, z.B. 1 Erwachsener + 2 Kinder)

Darüber hinaus können Mitglieder an allen Aktivitäten der DLRG teilnehmen. Diese werden über Handzettel in den Übungsstunden und im Internet bekanntgegeben und bieten Gelegenheit zur Anmeldung.



Wenn Sie unsere ehrenamtliche Arbeit unterstützen möchten, können Sie dies durch eine Spende tun. Für weitere Informationen stehen Ihnen unsere Ausbilder vor unseren Übungsstunden zur Verfügung.



**Kommen Sie zu uns, denn
„Im Verein ist Sport am schönsten“.**

www.dlrg-oberhausen.de
info@dlrg-oberhausen.de

Unsere Kursangebote

- Anfängerschwimmbildung
- Rettungsschwimmbildung
- Schnorcheltauchausbildung
- Erwachsenenschwimmbildung
- Wassergymnastik
- Lehrscheinausbildung
- Bootsführerausbildung
- Erste-Hilfe Ausbildung
- Herz-Lungen-Wiederbelebung bei Säuglingen, Kleinkindern und Erwachsenen

Wachdienst im Bezirk Oberhausen

Während der Sommersaison an den Wochenenden Wachdienst am Rhein-Herne-Kanal. Begleitung von Ruder und Kanuregatten. An diesen Bootsdiensten kann jeder Rettungsschwimmer, der auch Mitglied ist, teilnehmen.



Jugend im Bezirk Oberhausen

Die Jugend ist in alle Aktivitäten des Bezirkes eingebunden. Sei es durch Ausbildungshelfer mit einer entsprechenden Ausbildung oder als Helfer im Bootsdienst. Die Jugend hat einen eigenen Vorstand und führt diverse Veranstaltungen durch. Sie ist mit eigenen Seiten im Internet vertreten.

