



ÖSTERREICHISCHES JUGENDROTKREUZ

OBERÖSTERREICH

Aus Liebe zum Menschen.

KOMBINIERTE RETTUNGSÜBUNG

- Schrittsprung ins Wasser
- Anschwimmen auf 25 m
- Abtauchen und Herausholen eines „Opfers“
(Tauchpuppe, Gewicht 2,5)
- Durchführung eines Befreiungsgriffes
(gleich nach dem Auftauchen)
- 25 m Retten (Rettungsgriff beliebig)
- Bergen des Geretteten
(Beckenrandbergung oder Rautekgriff)
- Notfallcheck: Reanimation mind. 3 Minuten