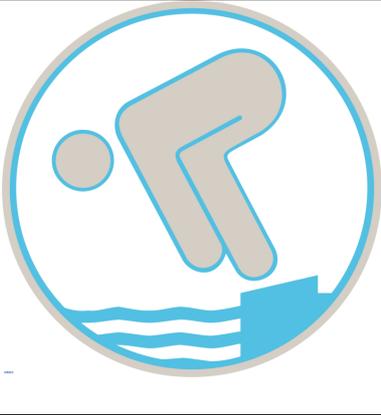
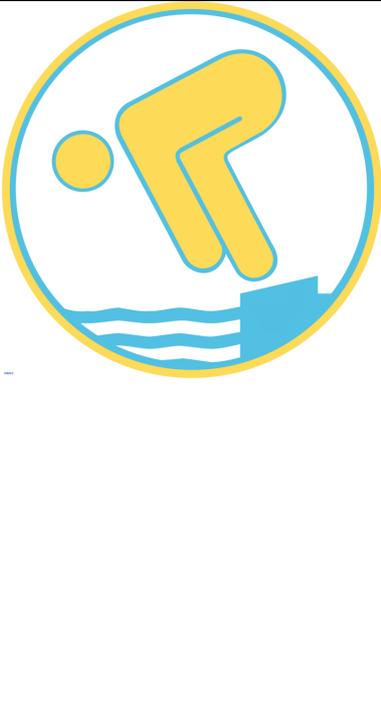


Das Deutsche Jugendschwimmabzeichen

	<p><u>Deutsches Jugendschwimmabzeichen Bronze</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten• Einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes• Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung• Kenntnis der Baderegeln
	<p><u>Deutsches Jugendschwimmabzeichen Silber</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Startsprung und mindestens 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage• Zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes• 10 m Streckentauchen• Sprung aus 3 m Höhe• Kenntnis der Baderegeln und Selbstrettung
	<p><u>Deutsches Jugendschwimmabzeichen Gold</u></p> <p>Voraussetzung: Mindestalter 9 Jahre</p> <ul style="list-style-type: none">• 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten• 50 m Brustschwimmen in höchstens 70 sec.• 25 m Kraulschwimmen• 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkraulschwimmen• 15 m Streckentauchen• Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa 2 m innerhalb von 3 Minuten in höchstens 3 Tauchversuchen• Sprung aus 3 m Höhe• 50 m Transportschwimmen: Schieben (oder Ziehen)• Nachweis der Kenntnisse der Baderegeln sowie der Hilfe bei Bade-, Boots-, und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremdrettung)