



# DLRG

## Ausbildung



### Schwimmausbildung Bahnaufteilung

Uhrzeit	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4
17:30 - 18:15 Uhr	<b>Kleiner Hai</b>  <u>Voraussetzung:</u> Seepferdchen  <u>Einstieg:</u> nur nach Absprache!	<b>Kleiner Hai</b>  <u>Voraussetzung:</u> Seepferdchen  <u>Einstieg:</u> nur nach Absprache!	<b>Deutscher Schwimmpass Silber</b>  <u>Voraussetzung:</u> Bronze  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!	<b>Deutscher Schwimmpass Bronze</b>  <u>Voraussetzung:</u> Seepferdchen; kleiner Hai empfohlen  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!
	Anfängerschwimmausbildung – Seepferdchen Gruppe 1 Wassergewöhnung Gruppe 2 Wasserbewältigung Gruppe 3 Technikschulung  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!			
18:25 - 19:10 Uhr	<b>Deutscher Schwimmpass Gold</b>  <u>Voraussetzung:</u> DSA Silber empfohlen  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!	<b>Rettungsschwimmer Junior Retter</b>  <u>Voraussetzung:</u> DSA Gold Mindestalter: 10 Jahre  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!	<b>Juniorretter/ Jugendschwimmgruppe</b>	<b>Jugendschwimmgruppe</b>  <u>Voraussetzung:</u> Juniorretter  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!
19:15 - 20:00 Uhr	<b>Schwimmtraining Jugend-Einsatz-Team</b>  <u>Voraussetzung:</u> Junior Retter  <u>Einstieg:</u> nach Absprache	<b>Schwimmtraining Jugend-Einsatz-Team</b>  <u>Voraussetzung:</u> Junior Retter  <u>Einstieg:</u> nach Absprache	<b>Rettungsschwimmer Bronze, Silber, Gold</b>  <u>Voraussetzung:</u> Bronze: 12 Jahre Silber: 14 Jahre Gold: 16 Jahre  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!	<b>Rettungsschwimmer Bronze, Silber, Gold</b>  <u>Voraussetzung:</u> Bronze: 12 Jahre Silber: 14 Jahre Gold: 16 Jahre  <u>Einstieg:</u> über Warteliste!
20:00 - 20:45 Uhr	<b>Aqua-Jogging</b>  Wir bieten drei Kurse im Jahr an. Bitte sprechen Sie uns an!			

Alle Schwimm- und Rettungsschwimmkurse setzen die Mitgliedschaft in der DLRG Ortsgruppe Herbede e.V. voraus.