



# Österreichische Wasserrettung

Landesverband Tirol

<http://www.tirol.owr.at>

ÖWR Mitgliedsnummer

Helfer Ausweisnummer

## Anmeldung ÖWR-Helferschein (ab dem vollendeten 13. Lebensjahr)

Zuname	Vorname	Geburtsdatum
PLZ, Ort	Straße	Beruf
Telefonnummer	Emailadresse	

Ich erkläre durch meine Unterschrift, dass ich die Prüfungsinhalte zum Helferschein vollumfänglich zur Kenntnis genommen habe und meine Tochter / mein Sohn die Prüfung freiwillig und auf eigene Gefahr antritt. Ich erkläre weiters, dass im Rahmen einer ärztlichen Kontrolle abgeklärt wurde, dass keine körperlichen Beeinträchtigungen vorliegen, die einer Teilnahme entgegen stehen. Insbesondere bestehen keinerlei Einschränkungen hinsichtlich des Tauchens ohne Gerät bis zu einer Tiefe von 5 m und keine Beschränkungen zur Ausübungen der Sportart Schwimmen.

Name	Ort und Datum	Unterschrift
------	---------------	--------------

Wird vom Rettungsschwimmlehrer ausgefüllt

Foto abgegeben
  Kursbeitrag bezahlt
  Ausweis ausgegeben

1. 15 Minuten Dauerschwimmen, davon 5 min in Rückenlage ohne Armtätigkeit		
2. 100 m Schwimmen in Überkleidern, danach entkleiden		
3. 15 m Streckentauchen nach Kopfsprung		
4. 2 mal 2 - 3 m Tieftauchen aus der Schwimmlage und Herausholen eines ca. 2,5 kg schweren Gegenstandes innerhalb von 5 Minuten		
5. Herausholen von 3 Tellern oder Ringen in einem Tachversuch (Fläche ca. 10 m <sup>2</sup> bei einer Wassertiefe von ca. 2 bis 3 m)		
6. Paketsprung aus 2 - 3 m Höhe		
7. Je 25 m Retten einer etwa gleich schweren Person mit Kopf-, Achsel- und Fesselgriff		
8. 50 m Transportieren (Ziehen) einer etwa gleich schweren Person		
9. Bergungsriffe (Bergen über den Beckenrand, Rautegriff)		
10. Befreiungsriffe an Land und im Wasser (Halsumklammerung und Würgegriff jeweils von vorne und von hinten)		
11. Prüfung der Erste-Hilfe-Leistung bei Wasserunfällen und praktische Ausführung der Wiederbelebung		
12. Kenntnis der wichtigsten Rettungsgeräte und deren praktische Anwendung (z.B. Gurtretter, Wurfsack, Rettungsboje, Rettungsbrett)		
13. Ziel und Zweck der Österreichischen Wasserrettung		
14. Kenntnis der Selbstrettung, der Gefahren des Wassers sowie der Gebote für den Rettungsschwimmer		

Ort	Datum	Prüfernummer	Unterschrift des Prüfers
-----	-------	--------------	--------------------------