

Deutscher Jugendschwimmpass

Deutsches Jugendschwimmabzeichen Bronze – Freischwimmer –



Leistungen:

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
- Einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Tauchringes oder Tellers
- Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
- Kenntnis von Baderegeln

Deutsches Jugendschwimmabzeichen Silber



Leistungen:

- Startsprung und mindestens 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauchlage und 100 m in Rückenlage
- Zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Tauchringes oder Tellers
- 10 m Streckentauchen
- Sprung aus 3 m Höhe
- Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung

Deutsches Jugendschwimmabzeichen Gold Mindestalter 9 Jahre



Leistungen:

- 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten
- 50 m Brustschwimmen in höchstens 1:10 Minuten
- 25 m Kraulschwimmen
- 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkraulschwimmen
- 15 m Streckentauchen
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von 3 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 folgender Kenntnisse:
 - Baderegeln
 - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremddrettung)

Deutscher Schwimmpass

Mindestalter 18 Jahre

Deutsches Schwimmabzeichen Bronze – Freischwimmer –



Leistungen:

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 7 Minuten
- Kenntnis von Baderegeln

Deutsches Schwimmabzeichen Silber



Leistungen:

- Sprung vom Beckenrand und 400 m Schwimmen in höchstens 12 Minuten
- Zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes
- 10 m Streckentauchen
- 2 Sprünge vom Beckenrand: je ein Sprung kopf- und fußwärts (aus 1 m Höhe)
- Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung

Deutsches Schwimmabzeichen Gold



Leistungen:

- 1000 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten für Männer bzw. in höchstens 29 Minuten für Frauen
- 100 m Schwimmen in höchstens 1:50 Minuten für Männer bzw. in höchstens 2 Minuten für Frauen
- 100 m Rückenschwimmen, davon 50 m mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- 15 m Streckentauchen
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche und Heraufholen von 3 kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa 2 m innerhalb von 3 Minuten in höchstens 3 Tauchversuchen
- Sprung aus 3 m Höhe oder 2 Sprünge aus 1 m Höhe, davon je ein Sprung kopf- und fußwärts
- 50 m Transportschwimmen: Schieben (oder Ziehen)
- Nachweis folgender Kenntnisse:
 - Baderegeln
 - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremddrettung)