



Schwimmabzeichen - Bronze

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200 m zurückzulegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).
- einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines kleinen Gegenstandes (z.B. kleiner Tauchring).
- Ein Paketsprung vom Startblock oder 1-m-Brett.
- Kenntnis von Baderegeln.