

# Examenreglement Reddingsbrigade Nederland

Uitgave: augustus 2016 – augustus 2020  
Versie: 0.1  
Datum: 13-08-2016

Niet van deze uitgave mag vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze ook, zonder voorgaande schriftelijke toestemming van Reddingsbrigade Nederland.

© Reddingsbrigade Nederland - KNBRD 2016

## VOORWOORD

1 september 2016 is het Examen Reglement (ER) voor de laatste keer gewijzigd. Deze wijziging is tot stand gekomen na een PILOT periode van twee jaar bij reddingsbrigades verspreid over het hele land.

De commissie opleidingen wil met dit nieuwe ER een positieve bijdrage leveren aan de opleiding van kinderen en (jong) volwassenen om de doelstelling van Reddingsbrigade Nederland, het voorkomen en bestrijden van de verdrinkingsdood in de ruimste zin van het woord, mede vorm te geven.

Daarnaast is plezier hebben in het doen van een opleiding en verzorgen van vrijwilligerstaken erg belangrijk. Iedereen moet op zijn eigen niveau kunnen deelnemen aan een opleiding en examens kunnen afleggen.

Het nu voorliggende ER is vastgesteld op 13-08-2016 door het bestuur van RN-KNBRD en is geldig vanaf 1 september 2016 totdat een nieuwere versie door het bestuur is geaccordeerd. De diploma eisen gesteld in het ER september 2015 mogen nog worden geëxamineerd worden tot 31 augustus 2017. Bij de examen aanvraag moet duidelijk vermeld worden via welke exameneisen er wordt afgezwommen.

Reglementen met betrekking tot Hogere Bondsopleidingen alsook de opleidingen Waterhulpverlening zijn terug te vinden in het Opleiding- en Examenreglement (OER) van Reddingsbrigade Nederland.

Reglementen met betrekking tot wedstrijden zijn terug te vinden in het Wedstrijdreglement (WR).

Ik wil iedereen die heeft bijgedragen aan het tot stand komen van deze uitgave, hartelijk bedanken voor hun inzet. Tot slot wens ik iedereen veel succes en plezier met de opleidingen en examens.

Reddingsbrigade Nederland IJmuiden 13-08-2016

## OVERZICHT FORMULIEREN

Code	Omschrijving
BO	Beoordelingsformulier (aspirant officials)
BO AT	Beoordelingsformulier (afsluitende toets LV)
	Declaratieformulier (per bondslid)
PD	Declaratieformulier (verzamel) en Presentielijst
DL	Deelnemerslijst Zwemmend Redden
EA-EV (*)	Examen Aanvraag/Verslag Recreatieve Opleidingen
EV	Examen voorinventarisatie formulier
EB	Examen Bevestiging EM EM-bewijs
	Antwoordformulier Life Saver 1
	Gezondheidsverklaringen
Inlegvellen bevoegdheden	
JR	Inlegvellen brevetten Junior Redder
ZR	Inlegvellen diploma's Zwemmend Redder
LS	Inlegvellen diploma's Life Saver
	Inschrijfformulier aspirant officials
	Protocol Examen open water KNBRD / Life Saver 2
	Protocol Examen open water KNBRD / Life Saver 3
	Tekstvragen Life Saver 1
VRIJW	Vrijwaringverklaring
WF	Werkformulier

Wijzigingen voorbehouden!

(\*) U dient altijd het laatste EA/EV formulier te gebruiken, welke online te vinden is op de website van Reddingsbrigade Nederland.

## **Hoofdstuk 1 Algemeen**

- Algemene bepalingen
- Door RN-KNBRD zijn de volgende recreatieve opleidingen ingesteld:
- Gezondheidsverklaring
- Dispensaties
- Examenplaats
- Afgifte diploma's Life Saver 2 en 3

## **Hoofdstuk 2 Examenprocedures recreatieve opleidingen**

## **Hoofdstuk 3 Brevet en diploma eisen**

## **Hoofdstuk 4 Omschrijvingen**

## **Hoofdstuk 5 Officials**

### **Art. 1.1 Algemene bepalingen**

Waar in dit reglement staat “de bond”, wordt bedoeld de “Koninklijke Nederlandse Bond tot het Redden van Drenkelingen” (KNBRD) en/of Reddingsbrigade Nederland (RN). Dit reglement kan worden aangehaald onder de letters ER.

Het ER geeft bepalingen en reglementen voor recreatieve opleidingen van Reddingsbrigade Nederland. Recreatieve opleidingen bevatten alle zwem- en reddingsopleidingen van Reddingsbrigade Nederland die niet beroeps en/of georganiseerde hulpverlening gerelateerd zijn. Het Opleiding en Examen Reglement (OER) van Reddingsbrigade Nederland geeft bepalingen en reglementen voor de beroeps en georganiseerde hulpverlening opleidingen van Reddingsbrigade Nederland.

Wijzigingen in het ER kunnen, op voordracht van de Commissie Opleidingen, na goedkeuring door het bondsbestuur, worden doorgevoerd. Dit om fouten en lacunes te kunnen corrigeren. Wijzigingen zullen plaatsvinden in de vorm van wijzigingsbladen. Wijzigingen worden via de digitale nieuwsbrief gecommuniceerd. Een wijzigingsblad is van kracht op het moment dat de publicatie datum nieuwer is dan het nieuwste ER.

Naast het ER bestaat de handleiding Life Saver met beschrijvingen en afbeeldingen van o.a. hulp- en reddingsmiddelen en -methodes.

Wijzigingen op de handleiding Life Saver, normeringen en uitvoeringsrichtlijnen kunnen omschreven worden in technische bladen. Een technisch blad is van kracht op het moment dat de publicatie datum nieuwer is dan die van de nieuwste druk van de handleiding Life Saver. Technische bladen en wijzigingsbladen kunnen vanaf de website van reddingsbrigade Nederland worden gedownload.

### **Art. 1.2 Recreatieve Opleidingen**

- Brevet Junior Redder 1
- Brevet Junior Redder 2
- Brevet Junior Redder 3
- Brevet Junior Redder 4
- Diploma Zwemmend Redder 1
- Diploma Zwemmend Redder 2
- Diploma Zwemmend Redder 3
- Diploma Zwemmend Redder 4
- Diploma Life Saver 1
- Diploma Life Saver 2
- Diploma Life Saver 3
- Diploma Life Saver Open Water
- Diploma Life Saver Beach

Wanneer hierna wordt gesproken over één van de bovenstaande recreatieve RN-KNBRD brevetten en recreatieve RN-KNBRD diploma's, dan wordt deze aangeduid als brevet of diploma met weglating van de aanduiding recreatief en weglating van de letters RN-KNBRD.

Brevetten en diploma's zwemmend redden kunnen worden behaald door zowel leden als begunstigende leden van de Reddingsbrigade Nederland. Uitzondering zijn de diploma's Life Saver. Deze kunnen alleen worden behaald door aangesloten reddingsbrigades.

### Art. 1.3 Gezondheidsverklaring

Om toegelaten te worden tot een examen, dient door betrokkene één van de volgende gezondheidsverklaringen te worden overlegd:

- een verklaring van gezondheid, niet ouder dan vierentwintig maanden, afgegeven door een sportmedisch adviescentrum.
- een verklaring van gezondheid, niet ouder dan vierentwintig maanden, afgegeven door een arts.
- een verzamelverklaring van gezondheid, niet ouder dan vierentwintig maanden, afgegeven door een (school)arts.
- een verklaring van gezondheid (model RN-KNBRD), niet ouder dan twaalf maanden, voorzien van handtekening. Bij minderjarige kandidaten moet deze verklaring worden getekend en voorzien van naam, door ouder of verzorger.

Bij bondsactiviteiten die een gezondheidsverklaring vereisen voor meerdere kandidaten c.q. deelnemers tegelijk, volstaat een algemene namens het reddingsbrigade bestuur getekende vrijwaringsverklaring, waarin wordt vastgesteld dat de betreffende reddingsbrigade in het bezit is van één van bovengenoemde geldige verklaring van gezondheid van die kandidaten c.q. deelnemers. Deze ondertekende vrijwaringsverklaring is na dagtekening 12 maanden geldig. De bijbehorende gezondheidsverklaringen kunnen worden opgevraagd door de official LV (digitaal of op papier).

### Art. 1.4 Dispensaties

De aanvrager van examens kan een dispensatieverzoek indienen:

- Deze dispensatieverzoeken worden afgehandeld conform het vastgestelde dispensatiebeleid voor de recreatieve opleidingen.
- Eventuele dispensatieaanvragen dienen uiterlijk twee weken voor het examen aanvraag geregeld te zijn bij de ambtelijk secretaris opleidingen.

Verzoeken voor dyslexie worden niet gedaan bij de ambtelijk secretaris opleidingen. Deze worden samen met een kopie van een officiële dyslexieverklaring ingediend bij de coördinator LBO, tegelijk met het EA formulier.

Een dispensatieaanvraag dient in ieder geval:

- zo precies mogelijk te omschrijven, waarvoor de dispensatie wordt aangevraagd;
- onderbouwd te worden / vergezeld te gaan van zo nodig een medische verklaring;
- aan te geven voor welk brevet of diploma de kandidaat examen zal afleggen;
- aan te geven op welk(e) moment(en) de dispensatie nodig is.

De ambtelijk secretaris opleidingen toetst het verzoek aan de geformuleerde uitgangspunten horend bij de opleidingscategorie waarbinnen het brevet of diploma valt conform het dispensatiebeleid;

De ambtelijk secretaris opleidingen informeert vervolgens binnen 7 werkdagen na ontvangst van het verzoek de aanvrager (reddingsbrigade) en stuurt een kopie naar het rayon.

Een dispensatieverzoek wordt altijd uitgegeven voor het betreffende examen.

De portefeuillehouder opleidingen beslist zo nodig na overleg met een commissie (bijvoorbeeld Medische Adviesraad of Landelijk Rayon) om een dispensatie op andere gronden toe te kennen.

### **Art. 1.5 Examenplaats**

Bij een examen wordt zorg gedragen voor:

- het ter beschikking hebben van voldoende praktijk- en/of theorie ruimte, die voldoet aan de eisen die ten behoeve van het examen gesteld zijn.
- het ter beschikking stellen van voldoende materialen voor praktijk- en theorie-examens.
- het beschikbaar hebben van minimaal één pseudo drenkeling. Bij grote examens kan dit aantal op verzoek van de coördinator LBO worden verhoogd.
- het ter beschikbaar stellen van voldoende ruimte voor de administratie en ontvangst van officials en examenkandidaten.
- bij gebruik van een zweminrichting het aanwezig zijn van voldoende bevoegde en bekwame toezichthouders.
- het aanwezig zijn een lid van de brigade of medewerker van het object waarin het examen wordt gehouden (de zweminrichting of ander gebouw voor theorie-examens) die geïdentificeerd is in het ontruimingsplan van het betreffende object.

### **Art. 1.6 Afgifte diploma's Life Saver 2 en 3**

Voor de afgifte van een diploma Life Saver 2 of 3 moeten alle bewijsstukken van vooropleidingen overlegd zijn. De overlegde bewijsstukken moeten geldig zijn. Dit ter beoordeling van de official LV. Alleen als aan eerder vermelde voorwaarden is voldaan, kan de kandidaat toegelaten worden tot het examen.

**Hoofdstuk 1 Algemeen**

**Hoofdstuk 2 Examenprocedures recreatieve opleidingen**

- Algemene Bepalingen
- Normering
- Maximale examentijd
- Geadviseerd maximaal kandidaten per official
- Eerste Hulp
- Officials
- (Landelijk) coördinator LBO
- Examenaanvraag
- Examenkosten
- Examentijd
- Examenplaats
- Examengeld
- Brevetten, diploma's en zakboekjes
- Examenprocedure

**Hoofdstuk 3 Brevet- en diploma-eisen**

**Hoofdstuk 4 Omschrijvingen**

**Hoofdstuk 5 Officials**



## Art. 2.1 Algemene bepalingen

Voor de examens gelden de volgende bepalingen:

- A. De inhoud van de examenstof wordt ontleend aan de laatste uitgave van de handleiding Life Saver, technische bladen (T.B.) en normeringen met uitvoeringsrichtlijnen (artikel 1.1).
- B. Het examen wordt afgelegd in reguliere zwemkleding. Mocht er in de exameneisen worden weergegeven dat er gekleed gezwommen wordt, moet de kleding voldoen aan de eisen gesteld in artikel 4.1.
- C. Voor elk examen dient een gezondheidsverklaring of vrijwaringsverklaring als omschreven in artikel 1.3 te worden overgelegd.
- D. Waar examens bestaan uit een theoretisch gedeelte en een praktisch gedeelte, zullen deze op dezelfde dag worden afgelegd. Op verzoek van de aanvrager kan door de coördinator LBO worden toegestaan een examen te splitsen in een theoretisch en een praktisch gedeelte, die niet op dezelfde dag doch wel binnen 3 maanden worden afgelegd. De extra reiskosten zijn in dit geval voor rekening van de aanvrager. Een gesplitst theorie en praktijk examen wordt altijd gezien als één examen. Het is niet mogelijk om de eerder genoemde delen nog verder te splitsen.
- E. Het is de official LV toegestaan om bij overmacht (bijvoorbeeld weersomstandigheden) het examen te splitsen of te annuleren; in dat geval zijn de extra reiskosten van de examencommissie voor rekening van de bond en moet dit worden vermeld in het examenverslag.
- F. In artikel 2.9 zijn nadere bepalingen opgenomen ten aanzien van de reis- en verblijfkosten van de examencommissie.
- G. Voor zover een examen in het water moet worden afgelegd, dient de watertemperatuur tenminste 16 graden Celsius te bedragen. Indien er bij de examens Life Saver open water en Life Saver Beach beschermende kleding wordt gedragen mag er geen sprake zijn van ijsvorming.
- H. Bij het uitvoeren van de bevrijdings- en vervoersgrepen kunnen de kandidaten beurtelings als redder en als pseudo-drenkeling optreden, tenzij anders is aangegeven.
- I. De op te duiken ringen of bordjes moeten een tegen de bodem afstekende kleur en een minimum maat van 15 cm middellijn hebben. De afstand tussen de op te duiken ringen of bordjes moet onderling ongeveer 1 meter zijn, tenzij anders is aangegeven.
- J. Indien de op te duiken reddingspop van de bassinrand zichtbaar is, mag de duikpoging niet worden herhaald. Indien de op te duiken reddingspop van de bassinrand niet zichtbaar is, mag ter beoordeling van de examencommissie, de duikpoging ten hoogste 2 maal worden herhaald.
- K. De bij het onder water zwemmen af te leggen afstand wordt in rechte lijn rechthoekig van de startplaats af gemeten.
- L. Daar waar gesproken wordt over pseudo-drenkelingen dienen deze ter beoordeling van de official van ongeveer gelijk gewicht en postuur te zijn als de kandidaat, respectievelijk de deelnemer.
- M. Daar waar in dit ER een keuze mogelijk is, is dit ter bepaling van de official, tenzij anders wordt vermeld.
- N. De materialen worden beschreven in de nieuwste versie van de handleiding Life Saver en van toepassing zijnde technische bladen.
- O. Daar waar een redding met een hulpmiddel moet worden uitgevoerd, moet de kandidaat zijn opgeleid in één of meerdere hulpmiddelen. De aanvrager bepaalt in welke hulpmiddelen hij opleidt. De official maakt (eventueel per kandidaat) een keuze uit één van deze hulpmiddelen.
- P. Indien de official kiest voor een droge redding met gebruik van een contact makend redding-c.q. hulpmiddel, dan mag de poging éénmalig compleet worden overgedaan. Het gaat hierbij om de techniek van het werpen.
- Q. Het is voor kandidaten verboden om tijdens het examen, zowel theorie als praktijk, mobiele communicatiemiddelen bij zich te dragen, anders dan voor het examen noodzakelijk, dit ter beoordeling van de official.

## Art. 2.2 Normering

Examens worden aan de hand van een vastgesteld examenprotocol afgenomen. Het examenprotocol is een selectie van onderdelen uit de eisen van het betreffende brevet en/of diploma, teneinde het examen binnen de gestelde examen tijdsduur te laten plaats vinden. De examenprotocollen worden door de official LV verstrekt aan de official.

De uitvoering van de verschillende onderdelen van een examen voor de brevetten en diploma's wordt beoordeeld naar de maatstaf:

- geslaagd
- afgewezen

Voor zover beschikbaar zijn de normeringen leidend in de uitvoering van de technische eisen (zwemslagen, vervoersgrepen, etc.). De kandidaat is geslaagd, wanneer hij alle onderdelen positief heeft afgerond. Heeft een kandidaat niet alle onderdelen positief afgerond, dan is de kandidaat afgewezen.

## Art. 2.3 Maximale examentijd

Theorie:

Bij het theoretisch deel wordt uitgegaan van de bijbehorende vragenlijst / examenprotocol.

- Bij het theoretische deel van de examens Life Saver 1 is de maximale examentijd 30 minuten.
- Bij het theoretische deel van de examens voor de Life Saver 2 & 3 zullen telkens maximaal twee kandidaten gelijktijdig gedurende maximaal 20 minuten worden beoordeeld.
- Indien een oneven aantal kandidaten examen doet, worden maximaal 3 kandidaten gelijktijdig beoordeeld en wordt de examenduur van dat examen verlengd met maximaal 10 minuten.

Praktijk:

- De duur van het praktijkexamen is maximaal 45 minuten. Op het moment dat een kandidaat, binnen de maximale examen tijd, vanwege aan de kandidaat of brigade toe te schrijven redenen niet het volledige examenprotocol heeft afgelegd zal de kandidaat worden afgewezen voor het betreffende brevet of diploma, dit ter beoordeling van de official LV.
- Indien de temperatuur van het water het noodzakelijk maakt, of het uithoudingsvermogen van kandidaten op jeugdige of gevorderde leeftijd dat vereist, mag tussen het uitvoeren van de onderdelen enige rust worden toegestaan. Het voorgaande is ter beoordeling van de official LV. De maximale examentijd wordt in dit geval vermeerderd met de genomen rust tussen de onderdelen.

## Art. 2.4 Geadviseerd maximaal kandidaten per official:

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| • Junior redder 1 en 2:    | Maximaal 10 kandidaten.   |
| • Junior redder 3 en 4:    | Maximaal 6 kandidaten.  |
| • Zwemmend redder 1 t/m 4: | Maximaal 6 kandidaten.  |
| • Life Saver 1 t/m 3:      | Maximaal 4 kandidaten voor het praktijkexamen. Het theorie examen wordt niet meegerekend voor de duur van het praktijkexamen. |
| • Life Saver Open Water    | Maximaal 6 kandidaten voor het praktijkexamen. Het theorie examen wordt niet meegerekend voor de duur van het praktijkexamen. |
| • Life Saver Beach         | Maximaal 6 kandidaten voor het praktijkexamen. Het theorie examen wordt niet meegerekend voor de duur van het praktijkexamen. |

Bij oneven aantallen dient de aanvrager te zorgen voor een extra persoon die de functie van pseudo- drenkeling kan vervullen.

## Art. 2.5 Eerste hulp

- A. Op het moment dat een kandidaat examen moet afleggen voor een diploma waarbij een EH verklaring verplicht is kan er gekozen worden uit één van de volgende verklaringen:
- Het Diploma Eerste Hulp van het Oranje Kruis;
  - Het Diploma 'Care Initiator Course Plus'/ Eerste Hulp verlener Volwassenen en Eerste Hulp verlener Allround van Medic First Aid;
  - Het 3 of 4 sterren Eerste Hulp Certificaat van het Nederlandse Rode Kruis;
  - Het basisdiploma en gevorderde diploma van LPEV;
  - Het Diploma Eerste Hulp van First Aid International;
  - Het EM-bewijs van Reddingsbrigade Nederland (De leerstof is gebaseerd op de eindtermen Diploma Eerste Hulp van het Oranje Kruis.) Het EM bewijs mag niet ouder zijn dan 12 maanden. Het EM bewijs is via het Landelijk Bureau RN te verkrijgen. Bij gebleken competentie dient dit EM bewijs te worden ondertekend door de opleider (bij voorkeur in het bezit van Instructeur Eerste Hulp) en een medebeoordelaar die erkend Oranje Kruis Instructeur Eerste Hulp is.
- B. De onderstaand beroepsbeoefenaren hebben vrijstelling voor artikel Verklaring Eerste Hulp van het ER, mits er een kopie van inschrijving in het BIG-register<sup>1</sup> en een kopie van de behaalde vervolgopleiding<sup>2</sup> kan worden overhandigd, welke ondertekend is door de kandidaat.
- Verpleegkundige<sup>3</sup> in het bezit van het getuigschrift;
    - Spoedeisende hulp (SEH)
    - Cardiac Care (CCU)
    - Intensive care (ICU)
    - Sosa (Ambulance)
    - Medium Care
    - Recovery
    - Arts<sup>4</sup>
- C. Voor diploma Life Saver 2 volstaat het diploma Jeugd EHBO van het Oranje Kruis.

Voor alle diploma's, certificaten en/of EM bewijs genoemd onder A, B en C geldt dat de geldigheidsduur niet verstreken mag zijn.

## Art. 2.6 Officials

De coördinator LBO stelt uit de bevoegde officials een examencommissie samen. Hierbij wordt rekening gehouden met de woonplaats van de official en de standplaats van de vereniging.

Een examencommissie bestaat uit de volgende officials:

- Een LV welke niet lid is van de organiserende brigade.
- Voor junior redder 1 t/m 4:
  - per 50 kandidaten één L1 official (als waarnemer);
  - per examen groep een eigen opleider die in het bezit is van een geldige licentie instructeur (niveau 3 en/of ZIA).

De uitslag wordt bepaald door de bovengenoemde instructeur/ trice in overleg met de official met bevoegdheid L1. Op het moment dat er een geschil bestaat tussen de official met bevoegdheid L1 en de bovengenoemde instructeur/trice zal de stem van de official met bevoegdheid L1 de doorslag geven.

- Voor zwemmend redder 1 t/m 4
  - per examen groep een official in het bezit van de licentie L1 welke niet lid is van de organiserende brigade.

---

<sup>1</sup> De inschrijving in het BIG-register dient actueel te zijn. Dit kan via [www.ribiz.nl](http://www.ribiz.nl) gecontroleerd worden.

<sup>2</sup> Alleen noodzakelijk voor de verpleegkundigen.

<sup>3</sup> In het bezit van een diploma verpleegkundige niveau 4 (MBO) of 5 (HBO).

<sup>4</sup> Afgeronde universitaire opleiding.

De uitslag wordt bepaald door de official die het examen heeft afgenomen. Bij twijfel over een kandidaat zal de official vroegtijdig hulp inschakelen van de official LV. Deze kan dan mee kijken om de examinerende official te adviseren in het bepalen van de uitslag.

- Voor Life Saver 1 t/m 3
  - per examen groep een official in het bezit van de licentie L2 welke niet lid is van de organiserende brigade.

De uitslag wordt bepaald door de official die het examen heeft afgenomen. Bij twijfel over een kandidaat zal de official vroegtijdig hulp inschakelen van de official LV. Deze kan dan mee kijken om de examinerende official te adviseren in het bepalen van de uitslag.

- Voor Life Saver open water en beach
  - per examen groep een official in het bezit van de licentie L2 welke niet lid is van de organiserende brigade.
  - Op het moment dat het examen niet als combinatie examen wordt afgenomen en het examen bestaat uit 6 of minder kandidaten kan het examen worden afgenomen worden door de voorzitter van het examen.

De uitslag wordt bepaald door de official die het examen heeft afgenomen. Bij twijfel over een kandidaat zal de official vroegtijdig hulp inschakelen van de official LV. Deze kan dan mee kijken om de examinerende official te adviseren in het bepalen van de uitslag.

#### *Algemeen:*

Indien op bovenstaande een uitzondering gemaakt moet worden, voor de dag van het examen bespreekt de coördinator LBO dit met de LaCo.

Indien op bovenstaande een uitzondering gemaakt moet worden, op de dag van het examen neemt de LV contact op met de (Landelijk) coördinator LBO en wordt dit vast gelegd in het examenverslag.

### **Art. 2.7 (Landelijk) Coördinator LBO**

De landelijke coördinatoren worden door de landelijke organisatie aangesteld. Op initiatief van de landelijke organisatie kunnen de coördinatoren naar een examen worden afgezonden. De coördinatoren hebben op het examen zelf geen bevoegdheden. Ze kunnen alleen adviezen geven over de zaken die opvallen. Na ieder examen maakt de coördinator een verslag dat wordt overlegd aan de landelijke organisatie, het rayon en examen aanvragende organisatie. De aanwezigheid van coördinatoren zal twee weken voor een examen worden meegedeeld aan het rayon en examen aanvragende organisatie.

De coördinator zal zich voor het examen bij de examencommissie voorstellen en zijn bevindingen na het examen bespreken met de examencommissie in aanwezigheid van een contactpersoon van de organiserende vereniging.

### **Art. 2.8 Examenaanvraag**

De aanvrager vraagt, minimaal 4 weken vóór het examen, op één EA-formulier een examen aan voor één examendatum. Op het EA-formulier worden het aantal examenkandidaten vermeld, rekening houdend met artikel 2.9.

Nadat de aanvrager de examenbevestiging van de coördinator LBO heeft ontvangen staat de examendatum definitief vast. De coördinator LBO zal deze sturen zodra de officials hebben toegezegd en de examencommissie geheel rond is. De coördinator zal binnen 2 weken een bevestiging sturen of de datum akkoord is.

Op verzoek van de aanvrager, of op initiatief van de Rayon coördinator LBO, kunnen meerdere aanvragen tot 1 examen worden samengevoegd.

Dyslexie verklaringen dienen tijdens het examen aanwezig te zijn.

### **Art. 2.9 Examenkosten**

De aanvrager van een examen voldoet de kosten van het examen met de aanschaf van de benodigde brevetten en/of diploma's door het inzenden van een ingevulde bestellijst naar het landelijk bureau (mits de aanvrager aangeslotene van de bond is of daaraan op dit punt is gelijkgesteld). De aanvrager betaalt daarmee de kosten voor de brevetten en/of diploma's en de kosten voor het afnemen van de examens rekening houdend met:

- Bij 20 of meer aanwezige kandidaten per examen voor de brevetten en diploma's komen de reiskosten van de examencommissie voor rekening van de bond. Bij minder dan 20 aanwezige kandidaten komen de reiskosten voor rekening van de aanvrager.
- Tot en met 10% (naar boven afgerond op een heel getal) overschrijding van het aantal aangemelde kandidaten per brevet c.q. diploma op het examen wordt toegestaan door de official LV. Bij meer dan 10% overschrijding, moet er een aantal kandidaten afvallen. Dit regelt de aanvrager.
- Is het aantal kandidaten tussen de 90% en 100% van het aangemelde aantal kandidaten per brevet c.q. diploma, dan wordt dit door de official LV toegestaan.
- Is het aantal kandidaten minder dan 90% van het aangemelde aantal kandidaten per brevet c.q. diploma, dan wordt dit door de official LV toegestaan, maar is de aanvrager verplicht de eventueel door het bondsbestuur te heffen navordering te voldoen.
- Indien splitsing van een examen in tweeën te weten theorie en praktijk, op verzoek van de aanvrager is toegestaan, dan komen de extra reis- en verblijfkosten, die dit ten aanzien van de examencommissie meebrengt voor rekening van de aanvrager.

### **Art. 2.10 Examentijd**

Indien de examentijdstoppen tussen 11:30 - 13:30 uur en 17:00 - 19:00 uur liggen, dient de aanvrager zorg te dragen voor een (brood)maaltijd voor de examencommissie. De kosten zijn voor rekening van de aanvrager. De aanvrager wordt geïnformeerd door de coördinator LBO over het aantal uitgenodigde examenofficials.

Op alle examens dient de aanvrager zorg te dragen voor koffie / thee / frisdrank tijdens het examen voor de examencommissie. De kosten zijn voor rekening van de aanvrager. Er moet zoveel mogelijk worden voorkomen dat examens aanvangen tijdens of direct na de spitstijden.

### **Art. 2.11 Examenplaats**

De aanvrager (wettelijke vertegenwoordiger) van een examen voor de brevetten en diploma's zwemmend redden heeft de verplichting zorg te dragen voor een aantal zaken, die in artikel 1.5 zijn geregeld. De hieraan verbonden kosten komen niet ten laste van de bond.

De aanvrager vrijwaart Reddingsbrigade Nederland respectievelijk de examencommissie en haar leden voor elke financiële en juridische aansprakelijkheid, voortvloeiende uit de handelingen van de kandidaten voor, tijdens en na het examen.

Het is bij het praktijkgedeelte toegestaan dat belangstellenden toekijken in die ruimtes of in een gedeelte van het zwembad die daar voor bestemd is. De official LV kan ontheffing verlenen om toeschouwers langs de bassinrand toe te staan.

### **Art. 2.12 Examengeld**

De examengelden worden door het bondsbestuur vastgesteld.

### **Art. 2.13 Brevetten, diploma's en zakboekjes**

Een kandidaat dient voor het diploma Life Saver 3 op het examen in het bezit te zijn van diploma Life Saver 2, KNBRD- diploma A of KNBRD-diploma B en moet dit kunnen aantonen d.m.v. een zakboekje of (kopie) diploma.

Bij slagen wordt een brevet of diploma uitgereikt, mits aan de voorwaarden uit artikel 1.6 is voldaan. Tevens wordt bij de brevetten en diploma's een op naam gesteld inlegvel van het zakboekje uitgereikt.

---

## Art. 2.14 Examenprocedure

### *Uitgangspunten zijn:*

De organiserende brigade/instantie schaft naar behoefte brevetten en diploma's aan. Verschreven brevetten/diploma's of exemplaren van zieke kandidaten kunnen niet worden ingewisseld. Daarentegen wordt bij bestelling 5% (afgerond op hele aantallen naar beneden) van het aantal opgegeven brevetten en/of diploma's extra meegeleverd; in verband met de klantvriendelijke opstelling kan de aanvrager daarbij zelf aangeven welke brevetten/diploma's de aanvrager extra wil ontvangen.

### *Vorbereiding voor eind december door de aanvrager:*

- Aan de coördinator LBO doorgeven op welke datum(s) het examen gepland is in het nieuwe zwemseizoen.
- Een examendatum die niet voor eind december is aangevraagd met behulp van het voor inventarisatie formulier kan pas goedgekeurd worden twee weken voor de geplande datum. Het is dus goed mogelijk dat het examen niet door kan gaan op de aangevraagde datum.

### *Vorbereiding voor eind januari door de coördinator LBO:*

- Examen datums verzamelen van verschillende reddingsbrigades in het rayon.
- Examen datums doorgeven aan de officials in het eigen rayon en het direct aangrenzende rayon.
- Overzicht aangevraagde examen data doorgeven aan de LaCo LBO en Landelijk Bureau.
- Vaststellen of er problemen zijn met de geplande datums.
- Officials een (voorlopige) uitnodiging sturen voor het betreffende examen
- Brigade op de hoogte stellen dat de examendatum kan door gaan.

### *Vorbereiding examens door de aanvrager minimaal vier weken voor het examen:*

De volgende formulieren<sup>5</sup> dienen door de aanvrager te worden gedownload via de website:

- Voor inventarisatie formulier
- EA-formulieren
- DL-formulieren. **Deze dienen uit sportlink te worden uitgedraaid.**
- WF-formulieren (voor iedere groep een apart formulier.
- Gezondheidsverklaringen (zie hiervoor artikel 1.3).

Via Reddingsbrigade Nederland dienen er voldoende brevetten en/of diploma's worden besteld. Minimaal 4 weken voor de geplande examendatum moeten onderstaande punten, liefst digitaal, worden opgestuurd naar de coördinator LBO:

- Het aantal kandidaten<sup>6</sup> wordt bij de coördinator LBO aangemeld door middel van het EA-formulier. Dit formulier moet minimaal 4 weken voor de geplande examendatum bij de coördinator LBO binnen zijn.
- Toegekende dispensatieverzoeken.
- Dyslexie-verklaring voor de kandidaten van Life Saver 1 (indien van toepassing).
- Een voorlopige bad indeling / tijdsplanning.

### *Vorbereidingen van het examen door de coördinator LBO*

- De coördinator LBO bevestigt de officials definitief over de doorgang van het examen.
- Bij examens boven de 80 kandidaten wordt er (indien noodzakelijk) een administrateur benoemd. Benoeming van een administrateur onder de 80 kandidaten mag alleen geschieden na toestemming van de Landelijk Coördinator Lagere Bondsopleidingen.
- De coördinator LBO bevestigt door middel van e-mail de aanvragende instantie en stuurt deze de benodigde inlegvellen voor de zakboekjes toe (uiterlijk 2 weken voor het examen).

<sup>5</sup> Steeds dient de laatste uitgave van het betreffende document gebruikt te worden.

<sup>6</sup> Alleen aanmelden indien aan de eisen, zoals in het ER vastgelegd, wordt voldaan.

*De volgende zaken worden, indien mogelijk digitaal, aan de official LV gezonden:*

- EA/EV-formulier van de betreffende brigade of instantie.
- Indien aanwezig aandachtspunten uit een voorgaand examen.
- Een lijst met uitgenodigde officials.
- Declaratieformulier RN-KNBRD en eventuele andere bescheiden voor declaraties.
- Enveloppen voor retournering van de examenbescheiden aan de coördinator LBO.

*Vorbereidingen aanvrager ten behoeve van het examen*

- De DL lijsten moeten worden samengesteld direct vanuit Sportlink.
- Per brevet/diploma een deelnemerslijst gebruiken, eventueel vervolgen op een volgend blad. De deelnemerslijsten worden in enkelvoud<sup>7</sup> verzorgd ten behoeve van de official LV.
- Er dient gebruik gemaakt te worden van WF-formulieren (werkformulier) per brevet/diploma,
- eventueel voorzien van een voor indeling met de namen. Houdt bij de indeling rekening met het maximaal aantal kandidaten genoemd in artikel 2.4.
- De aanvrager dient er voor te zorgen dat er voldoende uitgeprinte antwoordformulieren voor de examens Life Saver 1 aanwezig zijn.
- De aanvrager dient er voor te zorgen dat er voldoende uitgeprinte theorie beoordelingsprotocollen voor Life Saver 2, 3, Open Water en Beach aanwezig zijn.
- Ingevulde brevetten en/of diploma's met de daarbij behorende inlegvellen voor de zakboekjes.
- Beschikbaar stellen en klaar leggen of zetten van voldoende benodigde materialen, zoals zwem-, hulp-, en reddingsmiddelen.

*Administratie voor aanvang van het examen*

- De brigade/instantie zorgt voor minimaal één medewerker ten behoeve van de administratie.
- Op het examen zijn, door de aanvrager te verzorgen, aanwezig:
  - a. DL-formulieren in enkelvoud ten behoeve van de official LV.
  - b. Ingevulde brevetten/diploma's, inlegvellen voor de zakboekjes, gezondheidsverklaringen of vrijwaringverklaring en eventueel eerste hulp bewijs volgens artikel 2.5 en WF-formulieren.
  - c. Van de kandidaten voor het diploma Life Saver 3 dient voor een kopie van een geldig KNBRD-diploma A, KNBRD-diploma B, Life Saver 2 of een gewaarmerkt inlegvelletje van eerder genoemde diploma's te worden overlegd, voor aanvang van het examen, aan de official LV.
- Door de official LV wordt meegenomen:
  - a. Het EA/ EV-formulier, dat hem door de coördinator LBO is toegestuurd.
  - b. Declaratieformulier ten behoeve van de officials en eventuele bescheiden voor de declaraties.
  - c. De vragenlijsten voor het diploma Life Saver 1 met de bijbehorende antwoorden.
  - d. Een (digitale) kopie van dit ER.
  - e. Examenprotocollen voor de betreffende brevetten/diploma's.
  - f. Een envelop voor de retournering van de examenbescheiden aan de coördinator LBO.

*Administratie tijdens het examen*

- Tijdens het examen verleent de organiserende brigade/instantie haar medewerking bij de administratie. De official LV heeft de eindverantwoordelijkheid.
- Het bijhouden van de kandidaten op de deelnemerslijsten, zoals:
  - afwezig;
  - geslaagden;
  - afgewezenen.
- Invullen van de inlegvellen voor de zakboekjes van de geslaagde kandidaten. Dit dient bij voorkeur voorafgaande aan het examen plaats te vinden. De naam en geboortedatum op het inlegvel dienen gelijk te zijn aan die van het eerste inlegvel (pasfoto met naam). Bij naamsverandering van een kandidaat dient een nieuw eerste inlegvel met pasfoto te worden toegevoegd.
- De inlegvellen en de brevetten/diploma's worden voorzien van een naam en handtekening van de official LV en het waarmerk.

---

<sup>7</sup> Indien de aanvrager ook een deelnemerslijst wenst, dient hij/zij deze zelf te verzorgen en door de official LV van een handtekening enz. te laten voorzien. Deelnemerslijsten gelden niet als bewijsmateriaal.

---

- De brevetten/diploma's en de inlegvellen van de afgewezen kandidaten dienen vernietigd te worden.
- Invullen en ondertekenen van het EV-formulier door de official LV. Op het EV-formulier worden de totale aantallen, aangevraagd - geslaagd - afgewezen vermeld.
- Alle bescheiden, waaronder ook het declaratieformulier, worden door de official LV van een handtekening voorzien. Op het declaratieformulier dienen ook de officials die niet gedeclareerd hebben, vermeld te worden.
- Indien het aantal aanwezige kandidaten minder dan 20 is, moet de organiserende brigade/instantie de reiskosten van de officials en official LV vergoeden. In gevallen waarbij minder dan 20 kandidaten examen doen, kan door het bondsbureau aan de hand van het toegezonden presentatie-/ declaratieformulier (PD) de betreffende brigade/instantie een rekening worden gestuurd van de wegens de bond gemaakte kosten voor het betreffende examen.
- De deelnemerslijsten dienen dusdanig afgewerkt te worden, dat achteraf geen namen meer toegevoegd kunnen worden.

#### *Afronding van het examen*

Direct na het examen worden de bescheiden door de official LV in orde gemaakt. Deze dienen binnen één week verzonden te zijn naar de coördinator LBO. Door de official LV worden aan de coördinator LBO gezonden:

- Het ingevulde EA/ EV-formulier in enkelvoud (= tevens recapitulatieformulier).
- Alle afgelynde, getekende en gewaarmerkte deelnemerslijsten.
- De bescheiden van de declaraties.
- Indien er tijdens een examen een kandidaat onvoldoende is beoordeeld het WF-formulier en of het antwoordblad theorie.

*Noot:* De LV vult op het examen verslag achter de naam van de official de werkelijk uren waarin de official gefunctioneerd heeft als official in. Dit ter registratie. De official zelf is verantwoordelijk voor het bij houden van deze uren voor verlenging official licentie. (Zie: licentieregeling)

#### *Afwikkeling examen door de coördinator LBO*

- De coördinator LBO zendt maandelijks de deelnemerslijsten digitaal (via een scan) naar het landelijk bureau.
- De coördinator LBO betaalt de declaraties / voorgeschoten bedragen uit.
- Het volledig ingevulde presentie-/declaratieformulier (PD) zendt hij per post ter afwikkeling naar het landelijk bureau.
- Na een maand mag de coördinator LBO de antwoordformulieren vernietigen.



**Hoofdstuk 1 Algemeen**

**Hoofdstuk 2 Examenprocedures recreatieve opleidingen**

**Hoofdstuk 3 Brevet en diploma eisen**

- Brevet Junior Redder 1
- Brevet Junior Redder 2
- Brevet Junior Redder 3
- Brevet Junior Redder 4
  
- Diploma Zwemmend Redder 1
- Diploma Zwemmend Redder 2
- Diploma Zwemmend Redder 3
- Diploma Zwemmend Redder 4
  
- Diploma Life Saver 1
- Diploma Life Saver 2
- Diploma Life Saver 3
  
- Diploma Life Saver Open Water
- Diploma Life Saver Beach

**Hoofdstuk 4 Omschrijvingen**

**Hoofdstuk 5 Officials**

Op de volgende pagina's zijn de eisen van de brevetten en diploma's weergegeven.

Overal waar in de exameneisen wordt gesproken over een reddingsmiddel, bevrijdingsgreep, vervoersgreep wordt er uitgegaan van de laatste versie handleiding Life Saver eventueel aangevuld met technische bladen.

De brevet/diploma eisen zijn uniform opgebouwd. Dit houdt in dat er bij sommige onderdelen aangegeven staat dat desbetreffend onderdeel nog niet van toepassing is op het genoemde brevet/diploma.

### **INDELING JUNIOR REDDER T/M LIFE SAVER:**

*Theorie:*

Alleen van toepassing bij Life Saver diploma's 1 t/m 3

*Gekleed:*

- Onderdeel 1: Bevrijdingsgrepen.
- Onderdeel 2: Uitvoeren van een redding.
- Onderdeel 3: Afstand zwemmen.
- Onderdeel 4: Vervoeren van slachtoffer.
- Onderdeel 5: Zelfredding.

*Zwemkleding:*

- Onderdeel 6: Onderwaterzwemmen.
- Onderdeel 7: Afstand zwemmen.
- Onderdeel 8: Verhelpen van kramp.
- Onderdeel 9: Zwemmen met zwemvliezen.
- Onderdeel 10: Zoeken naar slachtoffer.
- Onderdeel 11: Vervoeren van slachtoffer.
- Onderdeel 12: Uitvoeren van een redding.
- Onderdeel 13: Speciale vaardigheden van een redder.

### **INDELING LIFE SAVER OPEN WATER / LIFE SAVER BEACH:**

- Onderdeel 21: Run - Swim - Run.
- Onderdeel 22: Uitvoeren van een redding.
- Onderdeel 23: Bevrijdingsgrepen.
- Onderdeel 24: Schiemannen.
- Onderdeel 25: Uit het water halen van een drenkeling.
- Onderdeel 26: Te water gaan en op de kant komen.
- Onderdeel 27: Theorie

### **PROTOCOLLEN**

Indien van toepassing geeft de official LV bij de start van het examen aan of het protocol A of B gevolgd moet worden.

## JUNIOR REDDER 1

### GEKLEED UIT TE VOEREN

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** ~~Bevrijdingsgrepen~~ (niet van toepassing junior redder 1).  
**Ond. 2** ~~Uitvoeren van een redding~~ (niet van toepassing junior redder 1).  
**Ond. 3** A. Vanaf de bassinrand te water gaan met een bommetje, direct gevolgd door:  
B. 12,5 meter zwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden,  
C. 15 seconden watertrappen,  
D. 12,5 meter zwemmen in de schoolslag,  
E. direct gevolgd door 50 meter zwemmen in de enkelvoudige rugslag;  
F. aansluitend uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.  
**Ond. 4** ~~Vervoeren~~ (niet van toepassing junior redder 1).  
**Ond. 5** A. Te water gaan vanaf de bassinrand met een drijfmiddel,  
B. gevolgd door 30 seconden drijven op het drijfmiddel in de "HELP"-houding.

### IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN

- Ond. 6** A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door:  
B. zonder boven te komen, het onder water aantikken van twee zwevende voorwerpen, deze bevinden zich rond de 1,8 meter waterdiepte en 5 en 7 meter uit de bassinrand,  
C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.  
**Ond. 7** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, direct gevolgd door:  
B. 8 meter schoolslag waarna een halve draai om de lengte-as moet worden gemaakt; 8 meter rugslag waarna een halve draai om de lengte-as moet worden gemaakt en tot slot 9 meter schoolslag;  
C. 25 meter schoolslag;  
D. 50 meter enkelvoudige rugslag; bij de enkelvoudige rugslag dient de kandidaat het eigen hoofd met beide handen vast te houden;  
E. 12,5 meter borstcrawl en 12,5 meter rugcrawl.  
**Ond. 8** ~~Ophoeven van krimp~~ (niet van toepassing junior redder 1).  
**Ond. 9** ~~Zwemmen met zwemvliezen~~ (niet van toepassing junior redder 1).  
**Ond. 10** A. Vanaf de bassinrand te water gaan met een bommetje,  
B. gevolgd door 5 meter zwemmen in een borstslag,  
C. aansluitend met de hoekduik naar de zwembadbodem duiken en  
D. 1 van de 5 duikringen vanaf de zwembadbodem oppakken en deze boven water tonen. De onderlinge afstand van de duikringen bedraagt  $\pm 1$  meter en deze liggen de rond de 1,8 meter waterdiepte op de zwembadbodem,  
E. baan uitzwemmen in de schoolslag.  
**Ond. 11** ~~Vervoersgrepen en bevrijdingsgrepen~~ (niet van toepassing bij junior redder 1).  
**Ond. 12** A. Kandidaat 1 werpt een drijvend voorwerp vanaf de kant naar kandidaat 2 die zich op 2 meter uit de bassinrand bevindt.  
B. Kandidaat 2 verplaatst zich vervolgens met het drijvende voorwerp naar de bassinrand.  
**Ond. 13** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, kant beet pakken om vervolgens met de voeten af te zetten vanaf de bassinrand. Na het afzetten dient er 15 seconden in rugligging te worden gedreven met de oren in het water en de armen en benen stil,  
B. direct gevolgd door 10 meter wrikken in rugligging richting het hoofd.

**JUNIOR REDDER 2****GEKLEED UIT TE VOEREN**

(zie voor kleding-eisen het ER)

- Ond. 1** ~~Bevrijdingsgrepen~~ (niet van toepassing junior redder 2).  
**Ond. 2** ~~Uitvoeren van een redding~~ (niet van toepassing junior redder 2).  
**Ond. 3** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, direct gevolgd door:  
 B. 50 meter zwemmen in de schoolslag waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden en 1 keer over een vlot moet worden geklommen en 1 keer onder een vlot door gezwommen moet worden,  
 C. direct gevolgd door 50 meter zwemmen in de enkelvoudige rugslag;  
 D. aansluitend uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.  
**Ond. 4** ~~Vervoeren~~ (niet van toepassing junior redder 2).  
**Ond. 5** A. Te water gaan vanaf de bassinrand met een drijfmiddel,  
 B. gevolgd door 30 seconden drijven op het drijfmiddel in de "HELP"-houding.

**IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN**

- Ond. 6** A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door:  
 B. zonder boven te komen, het onder water aantikken van twee zwevende voorwerpen, deze bevinden zich rond de 1,8 meter waterdiepte en 5 en 9 meter uit de bassinrand,  
 C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.  
**Ond. 7** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, direct gevolgd door:  
 B. 25 meter zwemmen in de schoolslag waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden, na 5 meter zich 1 maal rechtstandig laten zinken (dompen); waarbij de kandidaat rechtstandig ten opzicht van het wateroppervlak volledig onder water gaat met de armen gestrekt boven het hoofd,  
 C. 50 meter enkelvoudige rugslag; bij de rugslag dient de kandidaat het eigen hoofd met beide handen vast te houden,  
 D. 12,5 meter borstcrawl en 12,5 meter rugcrawl.  
**Ond. 8** ~~Ophoeven van kramp~~ (niet van toepassing junior redder 2).  
**Ond. 9** ~~Zwemmen met zwemvliezen~~ (niet van toepassing junior redder 2).  
**Ond. 10** A. Te water gaan met een kopsprong,  
 B. 12,5 meter borstslag,  
 C. direct gevolgd door een hoekduik en een ring ophalen van de bodem (diepte rond 2 meter), deze tonen en na akkoord weer laten vallen,  
 D. doorzwemmen, nogmaals met een hoekduik een ring van de bodem halen (diepte rond 2 meter), deze tonen en na akkoord weer laten vallen,  
 E. de baan uitzwemmen en uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.  
**Ond. 11** ~~Vervoersgrepen en bevrijdingsgrepen~~ (niet van toepassing bij junior redder 2).  
**Ond. 12** A. Vanaf de bassinrand te water gaan met een bommetje,  
 B. vervolgens terugdraaien in horizontale houding en in borstslag zwemmen naar een bal die wordt toegegooid (afstand kant / kandidaat = ca. 2 meter),  
 C. vervolgens met behulp van de bal 30 seconden gaan drijven in een "HELP"-houding.  
 D. de bal in de handen pakken en vragen of de bal teruggegooid mag worden naar de kant, na akkoord bal teruggooien naar de official (afstand kandidaat / kant = ca. 2 meter).  
**Ond. 13** A. Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, direct gevolgd door:  
 B. 20 meter schoolslag, waarbij de ogen boven water moet worden gehouden,  
 C. 5 meter wrikken in rugligging richting het hoofd,  
 D. 25 meter enkelvoudige rugslag; bij de rugslag dient de kandidaat het eigen hoofd met beide handen vast te houden.

**JUNIOR REDDER 3****GEKLEED UIT TE VOEREN**

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** ~~Bevrijdingsgrepen~~ (niet van toepassing junior redder 3).
- Ond. 2** Een droge redding uitvoeren met behulp van een reddingsmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van toespreken. De pseudo-drenkeling bevindt zich op ± 3 meter vanaf de bassinrand in het water. De drenkeling naar de kant halen. De opdracht is afgerond als de drenkeling één hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt en er aan een volwassene hulp is gevraagd.
- Ond. 3**
- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, direct gevolgd door:
  - B. 75 meter zwemmen in de schoolslag waarbij 2 keer een koprol voorover moet worden gemaakt,
  - C. direct gevolgd door 50 meter enkelvoudige rugslag, waarbij een bal of stokje boven water tussen de handen moet worden vastgehouden zoals bij de kopgreep.
  - D. aansluitend uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.
- Ond. 4** ~~Vervoeren~~ (niet van toepassing Junior redder 3).
- Ond. 5**
- A. Te water springen met redding-/zwemvest aan en vervolgens in "HELP"-houding 30 seconden drijven,
  - B. 30 seconden watertrappen,
  - C. terug naar de kant zwemmen en uit het water klimmen via het trapje.

**IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN**

- Ond. 6**
- A. Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan,
  - B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 10 meter onderwater zwemmen,
  - C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 7**
- A. Vanaf de bassinrand te water gaan met een rechtstandige sprong, direct gevolgd door:
  - B. 25 meter borstcrawl,
  - C. 25 meter schoolslag, met de ogen boven water,
  - D. 25 meter rugcrawl,
  - E. 50 meter samengestelde rugslag.
- Ond. 8** ~~Ophoeken van krimp~~ (niet van toepassing junior redder 3).
- Ond. 9** ~~Zwemmen met zwemvliezen~~ (niet van toepassing junior redder 3).
- Ond. 10**
- A. Voorzichtig te water gaan en vervolgens;
  - B. 10 meter zwemmen in schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden,
  - C. rechtstandig onder water laten zakken (dompen) en 2 van de 5 ringen van de zwembadbodem oppakken welke op de bodem met een onderlinge afstand liggen van minimaal 2 meter, op een waterdiepte rond de 1,8 meter, de ringen dienen boven water getoond te worden.
  - D. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 11**
- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan vervolgens:
  - B. 25 meter schoolslag,
  - C. 25 meter enkelvoudige rugslag met een reddingspop<sup>8</sup> (leeg met gesloten doppen) vervoeren in de "kopgreep".
- Ond. 12** ~~Uitvoeren van een redding~~ (niet van toepassing junior redder 3).
- Ond. 13**
- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, kant beet pakken om vervolgens met de voeten af te zetten vanaf de bassinrand. Na het afzetten dient er 15 seconden in rugligging te worden gedreven met de oren in het water en de armen en benen stil,
  - B. direct gevolgd door 10 meter wrikken in rugligging richting het hoofd.

<sup>8</sup> Reddingspop conform hoofdstuk 4.2

## JUNIOR REDDER 4

### GEKLEED UIT TE VOEREN

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** ~~Bevrijdingsgrepen~~ (niet van toepassing junior redder 4).
- Ond. 2** Een droge redding uitvoeren met behulp van een hulpmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van toespreken. De pseudo-drenkeling bevindt zich op  $\pm 2$  meter vanaf de bassinrand in het water. De pseudo-drenkeling moet het hulpmiddel zonder te bewegen kunnen pakken. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling een hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt en er aan een volwassene hulp is gevraagd om een adequate alarmering (via 112) te maken. De redder geeft aan wat er gemeld moet worden.
- Ond. 3** A. Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, direct gevolgd door:  
B. 100 meter zwemmen in de schoolslag, met de ogen boven water.
- Ond. 4** ~~Vervoeren~~ (niet van toepassing Junior redder 4).
- Ond. 5** A. Te water springen met redding-/zwemvest aan en vervolgens in "HELP"-houding 30 seconden drijven,  
B. gevolgd door 50 meter zwemmen in een rugslag,  
C. uit het water klimmen via het trapje.

### IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN

- Ond. 6** A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,  
B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 11 meter onderwater zwemmen,  
C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 7** A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door:  
B. 50 meter borstcrawl,  
C. 50 meter rugcrawl,  
D. 50 meter enkelvoudige rugslag, waarbij een bal of stokje boven water tussen de handen moet worden vastgehouden zoals bij de kopgreep,  
E. 25 meter samengestelde rugslag.
- Ond. 8** ~~Ophoeven van kramp~~ (niet van toepassing junior redder 4).
- Ond. 9** ~~Zwemmen met zwemvliezen~~ (niet van toepassing junior redder 4).
- Ond. 10** A. Vanaf een verhoogde bassinrand of startblok met een rechtstandige sprong te water gaan en vervolgens;  
B. 10 meter zwemmen in de schoolslag, met de ogen boven water,  
C. met de hoekduik naar de zwembadbodem duiken en 2 van de 5 duikringen vanaf de zwembadbodem oppakken en deze zonder boven water komen op een op de zwembadbodem geplaatste pion plaatsen. De onderlinge afstand van de duikringen en pion bedraagt  $\pm 2$  meter en deze liggen rond de 1,8 meter waterdiepte op de zwembadbodem.
- Ond. 11** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan vervolgens:  
B. 12,5 meter schoolslagzwemmen naar een drijvende reddingspop<sup>9</sup> (staand,  $\frac{1}{2}$  gevuld met water)  
C. de reddingspop in kopgreep naar de kant vervoeren. De opdracht is afgerond als de reddingspop met het gezicht naar de kant ligt en de redder met één hand de kant vast heeft.
- Ond. 12** ~~Uitvoeren van een redding~~ (niet van toepassing bij junior redder 4).
- Ond. 13** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, kant beet pakken om vervolgens met de voeten af te zetten vanaf de bassinrand. Na het afzetten dient er 15 seconden in rugligging te worden gedreven,  
B. 15 seconden watertrappen,  
C. gevolgd door 10 meter wrikken op de rug richting de voeten

<sup>9</sup> Reddingspop conform hoofdstuk 4.2

## ZWEMMEND REDDER 1

### GEKLEED UIT TE VOEREN

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** Op het droge de handelingen toepassen ter bevrijding uit<sup>10</sup>:
- A. de dubbele polsgreep.
- Ond. 2** Een droge redding uitvoeren met behulp van een reddingsmiddel. De plaats van de drenkeling moet worden vastgesteld voordat er begonnen wordt aan de redding. De pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van te blijven praten met de pseudo-drenkeling. De pseudo-drenkeling bevindt zich op 7 meter afstand vanaf de bassinrand in het water. Het reddingsmiddel moet door de pseudo-drenkeling kunnen worden gepakt zonder dat deze zich in het water mag verplaatsen. De opdracht is afgerond als de drenkeling één hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 3**
- A. Vanaf een startblok of verhoogde bassinrand met een kopsprong te water gaan, direct gevolgd door:
- B. 25 meter borstcrawl,
- C. direct gevolgd door 50 meter enkelvoudige rugslag, waarbij een bal of stokje boven water tussen de handen moet worden vastgehouden zoals bij de kopgreep,
- D. direct gevolgd door 25 meter samengestelde rugslag,
- E. direct gevolgd door 50 meter schoolslag, met de ogen boven water,
- F. direct gevolgd door 25 meter rugcrawl,
- G. aansluitend uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.
- Ond. 4** ~~Vervoeren~~ (niet van toepassing zwemmend redder 1).
- Ond. 5** ~~Zelfredding~~ (niet van toepassing zwemmend redder 1).

### IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN

- Ond. 6**
- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,
- B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 14 meter onderwater zwemmen,
- C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 7** Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door maximaal 5 minuten en 30 seconden zwemmen verdeeld over minimaal 3 verschillende zwemslagen, dit naar keuze van de kandidaat. Elke slag dient minimaal 25 meter opeenvolgend te worden uitgevoerd. In deze 5 minuten en 30 seconden dient minimaal een afstand van 150 meter te worden gezwommen.
- Ond. 8** ~~Opheffen van kramp~~ (niet van toepassing zwemmend redder 1).
- Ond. 9** ~~Zwemmen met zwemvliezen~~ (niet van toepassing zwemmend redder 1).
- Ond. 10** Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, vervolgens 15 meter zwemmen in een borstslag, aansluitend moet een hoekduik worden uitgevoerd en dient zich een op de bodem bevindende reddingspop<sup>11</sup> (zonder doppen) in de zeemansgreep en met een gestrekte arm boven het hoofd boven water te worden gebracht. Hierna moet de mond van de reddingspop 5 seconden boven water worden gehouden. De reddingspop moet in het water liggen op een waterdiepte tussen de 1,5 meter en maximaal 3 meter.

---

<sup>10</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)

– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

<sup>11</sup> Reddingspop conform hoofdstuk 4.2

- Ond. 11** A. Vanaf de bassinrand met een rechtstandige sprong te water gaan, zwemmen in een borstslag naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling (5 meter uit de bassinrand) en achtereenvolgens de handelingen ter bevrijding uitvoeren en aansluitend de pseudo-drenkeling vervoeren in:
- B. Dubbele Polsgreep<sup>10</sup> 25 meter vervoeren in de houdgreep
  - C. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de polsgreep
  - D. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de kopgreep
  - E. direct gevolgd door het uit het water helpen van de pseudo-drenkeling met behulp van een voetje.
- Ond. 12** ~~Uitvoeren van een redding~~ (niet van toepassing zwemmend redder 1)
- Ond. 13** A. Met een reddings- / zwemvest aan met behulp van een rechtstandige sprong te water gaan,
- B. 30 seconden drijven in de "HELP"-houding,
  - C. 25 meter wrikken op de rug richting de voeten.



## ZWEMMEND REDDER 2

### GEKLEED UIT TE VOEREN

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** Op het droge de handelingen toepassen ter bevrijding uit<sup>12</sup>:
- A. de dubbele polsgreep;
  - B. de achterwaartse omklemming.
- Ond. 2** Een droge redding uitvoeren met behulp van een hulpmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van te blijven praten met de pseudo-drenkeling. De pseudo-drenkeling bevindt zich op ± 6 afstand vanaf de bassinrand in het water. Het hulpmiddel moet door de pseudo-drenkeling kunnen worden gepakt zonder dat deze zich in het water mag verplaatsen. De opdracht is afgerond als de drenkeling één hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 3**
- A. Vanaf een startblok of verhoogde bassinrand met een kopsprong te water gaan, direct gevolgd door:
  - B. 50 meter borstcrawl,
  - C. direct gevolgd door 25 meter schoolslag,
  - D. direct gevolgd door 50 meter zeemansslag,
  - E. direct gevolgd door 25 meter enkelvoudige rugslag, waarbij een bal of stokje boven water tussen de handen moet worden vastgehouden zoals bij de koggreep,
  - F. direct gevolgd door 50 meter samengestelde rugslag,
  - G. aansluitend uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.
- Ond. 4** ~~Vervoeren~~ (niet van toepassing zwemmend redder 2).
- Ond. 5** ~~Zelfredding~~ (niet van toepassing zwemmend redder 2).

### IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN

- Ond. 6**
- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,
  - B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 16 meter onderwater zwemmen,
  - C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 7** Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door maximaal 5 minuten zwemmen verdeeld over minimaal 3 verschillende zwemslagen, dit naar keuze van de kandidaat. Elke slag dient minimaal 25 meter opeenvolgend te worden uitgevoerd. In deze 5 minuten dient minimaal een afstand van 150 meter te worden gezwommen.
- Ond. 8** Het op de kant uitvoeren van maatregelen tegen kramp bij jezelf met betrekking tot vingerkramp.
- Ond. 9** Vanaf de bassinrand te water gaan en vervolgens 25 meter borstcrawl met zwemvliezen, binnen 30 seconden.
- Ond. 10** Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, vervolgens 15 meter zwemmen in een borstslag, aansluitend moet een hoekduik worden uitgevoerd en dient zich een op de bodem bevindende reddingspop<sup>13</sup> (zonder doppen) in de zeemansgreep en met een gestrekte arm boven het hoofd boven water te worden gebracht. Hierna moet de mond van de reddingspop 15 seconden boven water worden gehouden. De reddingspop moet in het water liggen op een waterdiepte tussen de 1,5 meter en maximaal 3 meter.

<sup>12</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)

– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

<sup>13</sup> Reddingspop conform hoofdstuk 4.2

- Ond. 11**
- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, zwemmen in een borstslag naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling (5 meter uit de bassinrand) en achtereenvolgens de handelingen ter bevrijding uitvoeren en aansluitend de pseudo-drenkeling vervoeren in:
    - B. achterwaartse omklemming<sup>14</sup> 10 meter vervoeren in de kopgreep;
    - C. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de polsgreep;
    - D. dubbele polsgreep<sup>14</sup> 10 meter vervoeren in de houdgreep;
    - E. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de zeemansgreep,
    - F. direct gevolgd door het uit het water helpen van de pseudo-drenkeling met behulp van een voetje.
- Ond. 12** Een droge redding uitvoeren met behulp van reddingsmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van te blijven praten met de pseudo-drenkeling. De pseudo-drenkeling bevindt zich op ± 7 meter vanaf de bassinrand in het water. De pseudo-drenkeling naar de kant halen. De opdracht is afgerond als de drenkeling één hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 13**
- A. Te water gaan met een rechtstandige sprong,
  - B. 10 meter zwemmen in een slag naar keuze van de kandidaat,
  - C. direct doorgaan met 15 seconden uitdrijven in rugligging,
  - D. 10 meter wrikken op de rug richting de voeten.

---

<sup>14</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

**ZWEMMEND REDDER 3****GEKLEED UIT TE VOEREN**

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** Op het droge de handelingen toepassen ter bevrijding uit<sup>15</sup>:
- A. de dubbele polsgreep;
  - B. de achterwaartse omklemming.
  - C. de voorwaartse omklemming
- Ond. 2** Een droge redding uitvoeren met behulp van een reddingsmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van te blijven praten met de pseudo-drenkeling. De pseudo-drenkeling bevindt zich op 10 meter afstand vanaf de bassinrand in het water. Het reddingsmiddel moet door de pseudo-drenkeling kunnen worden gepakt zonder dat deze zich in het water mag verplaatsen. De opdracht is afgerond als de drenkeling één hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 3**
- A. Vanaf een startblok of verhoogde bassinrand met een kopsprong te water gaan, direct gevolgd door:
  - B. 50 meter borstcrawl,
  - C. direct gevolgd door 50 meter zeemansslag,
  - D. direct gevolgd door 25 meter samengestelde rugslag,
  - E. direct gevolgd door 50 meter rugcrawl,
  - F. aansluitend uit het water klimmen zonder gebruik te maken van een trapje.
- Ond. 4** Vervoeren (niet van toepassing zwemmend redder 3).
- Ond. 5** Zelfredding (niet van toepassing zwemmend redder 3).

**IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN**

- Ond. 6**
- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,
  - B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 17 meter onderwater zwemmen,
  - C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 7** Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door maximaal 5 minuten en 15 seconden zwemmen verdeeld over minimaal 3 verschillende zwemslagen, dit naar keuze van de kandidaat. Elke slag dient minimaal 25 meter opeenvolgend te worden uitgevoerd. In deze 5 minuten en 15 seconden dient minimaal een afstand van 175 meter te worden gezwommen.
- Ond. 8** Het op de kant uitvoeren van maatregelen tegen kramp bij jezelf met betrekking tot:
- A. Vingerkramp;
  - B. Kuitkramp.
- Ond. 9** Vanaf de bassinrand te water gaan en vervolgens 50 meter borstcrawl met zwemvliezen, binnen 60 seconden.
- Ond. 10** De redder gaat vanaf de bassinrand voorzichtig te water en zet een geblindeerde bril (met safety of tempered glas) op. Op aanwijzingen van een persoon op de kant, zwemt de redder naar een op 8 meter afstand bevindend drijvend voorwerp. De redder vervoert het drijvend voorwerp naar de kant op aanwijzingen van een persoon op de kant. De opdracht is afgerond als de redder een hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt.

<sup>15</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

- Ond. 11**
- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, zwemmen in een borstslag naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling (5 meter uit de bassinrand) en achtereenvolgens de handelingen ter bevrijding uitvoeren en aansluitend de pseudo-drenkeling vervoeren in:
    - B. achterwaartse omklemming<sup>16</sup> 5 meter vervoeren in de okselgreep;
    - C. direct gevolgd door 5 meter vervoeren in de polsgreep;
    - D. voorwaartse omklemming<sup>16</sup> 10 meter vervoeren in de kopgreep;
    - E. dubbele polsgreep 10 meter vervoeren in de houdgreep;
    - F. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de zeemansgreep.
- Ond. 12** Een natte redding uitvoeren met behulp van een hulpmiddel. Er moet gezorgd worden voor positiebepaling, met behulp van een kruispeiling. Daarnaast moet de pseudo-drenkeling moet worden gekalmeerd / gerustgesteld / verteld wat er gaat gebeuren. De pseudo-drenkeling bevindt zich in het water op 12,5 meter afstand vanaf de bassinrand. De pseudo-drenkeling moet op de kant worden gebracht door middel van het geven van een voetje, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 13**
- A. Vanaf de bassinrand met een rechtstandige sprong te water gaan;
  - B. 20 meter wrikken op de rug richting het hoofd;
  - C. 30 seconden watertrappen zonder gebruik van de armen;
  - D. 20 meter wrikken op de rug richting de voeten.

---

<sup>16</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

## ZWEMMEND REDDER 4

### GEKLEED UIT TE VOEREN

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** Op het droge de handelingen toepassen ter bevrijding uit<sup>17</sup>:
- A. de dubbele polsgreep;
  - B. de achterwaartse omklemming.
  - C. de voorwaartse omklemming
- Ond. 2** Een natte redding uitvoeren met behulp van een reddingsmiddel. Er moet gezorgd worden voor positiebepaling, met behulp van een kruispeiling. Daarnaast moet de pseudo-drenkeling moet worden gekalmeerd / gerustgesteld / verteld wat er gaat gebeuren. De pseudo-drenkeling bevindt zich in het water op 12,5 meter afstand vanaf de bassinrand. De pseudo-drenkeling moet op de kant worden gebracht door middel van het geven van een voetje, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 3**
- A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door:
  - B. 50 meter borstcrawl;
  - C. 50 meter zeemanslag,
  - D. 50 meter rugcrawl,
  - E. 25 meter schoolslag;
  - F. 25 meter samengestelde rugslag.
- Ond. 4** ~~Vervoeren~~ (niet van toepassing zwemmend redder 4).
- Ond. 5** ~~Zelfredding~~ (niet van toepassing zwemmend redder 4).

### IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN

- Ond. 6**
- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,
  - B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 18 meter onderwater zwemmen,
  - C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 7** Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door maximaal 5 minuten zwemmen verdeeld over minimaal 3 verschillende zwemslagen, dit naar keuze van de kandidaat. Elke slag dient minimaal 25 meter opeenvolgend te worden uitgevoerd. In deze 5 minuten dient minimaal een afstand van 175 meter te worden gezwommen.
- Ond. 8** Het op de kant uitvoeren van maatregelen tegen kramp bij jezelf met betrekking tot:
- A. Vingerkramp;
  - B. Kuitkramp.
  - C. Bovenbeenkramp
- Ond. 9** Vanaf de bassinrand te water gaan en vervolgens 50 meter borstcrawl met zwemvliezen, binnen 45 seconden.

---

<sup>17</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

- Ond. 10**
- A. De redder maakt vanaf de kant samen met een behulp van een mede kandidaat een positiebepaling, met behulp van een kruispeiling, van een zichtbare drenkeling (de drenkeling wordt nadat de redder start met zwemmen vervangen door een gezonken reddingspop<sup>18</sup>),
  - B. de redder gaat vanaf de bassinrand met een schredesprong te water, hij zwemt in een rechte lijn richting drenkeling (ongeveer 12,5 meter vanaf de bassinrand). Op het moment dat de tweede redder aangeeft dat de eerste redder in positie is gaat deze met een hoekduik, naar beneden.
  - C. de reddingspop moet in het water liggen op een waterdiepte tussen de 1,5 meter en maximaal 3 meter.
  - D. de redder haalt de pop omhoog (zeemansgreep),
  - E. en brengt deze tot aan de kant. De opdracht is afgerond als de redder één hand op de kant heeft liggen en de reddingspop met het gezicht naar de kant ligt.
- Ond. 11**
- A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, zwemmen in een borstslag naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling je stevig laten vastpakken om vervolgens de technieken van onderstaande bevrijdingsgrepen te tonen, aansluitend de pseudo-drenkeling vervoeren in de aan- gegeven vervoersgreep:
    - B. achterwaartse omklemming      10 meter vervoeren in de okselgreep;
    - C. direct gevolgd door              10 meter vervoeren in de polsgreep;
    - D. voorwaartse omklemming      10 meter vervoeren in de kopgreep;
    - E. direct gevolgd door              10 meter vervoeren in de schoudergreep;
    - F. dubbele polsgreep                10 meter vervoeren in de houdgreep;
    - G. direct gevolgd door              10 meter vervoeren in de zeemansgreep.
- Ond. 12** Een droge redding uitvoeren met behulp van een hulpmiddel. Een pseudo-drenkeling moet worden gerustgesteld door middel van te blijven praten met de pseudo-drenkeling. De pseudo-drenkeling bevindt zich op 10 meter afstand vanaf de bassinrand in het water. Het hulpmiddel moet door de pseudo-drenkeling kunnen worden gepakt zonder dat deze zich in het water mag verplaatsen. De pseudo-drenkeling moet op de kant worden gebracht, door middel van het geven van een voetje, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 13**
- A. Te water gaan met een compact jump;
  - B. 20 meter polocrawl zwemmen naar een bal;
  - C. 30 seconden drijven met de bal in de "HELP"-houding;
  - D. de bal loslaten en 30 seconden watertrappen zonder gebruik te maken van de armen.

<sup>18</sup> Reddingspop (conform hoofdstuk 4.2).

**LIFE SAVER 1****THEORIE (SCHRIFTELIJK)**

Bij een serie van 20 verschillende vragen telkens het meest juiste antwoord geven. Er worden tekstvragen en fotovragen gesteld. De vragen hebben betrekking op de onderwerpen in de handleiding Life Saver hoofdstuk 1 t/m 7.

Maximaal 4 vragen mogen foutief worden beantwoord, om voor dit onderdeel een voldoende te kunnen behalen.

**GEKLEED UIT TE VOEREN**

(zie voor kleding-eisen het ER)

- Ond. 1** In water waar niet gestaan kan worden achtereenvolgens de handelingen toepassen ter bevrijding uit<sup>19</sup>:
- A. de dubbele polsgreep;
  - B. de achterwaartse omklemming.
  - C. de voorwaartse omklemming
- Ond. 2** Het naspelen van een pseudo ongeval, met twee redders, waarbij in onderlinge samenwerking een droge redding moet worden uitgevoerd met een reddingsmiddel (de official maakt een keuze uit 3 door de brigade beschikbaar gestelde reddingsmiddelen). De pseudo-drenkeling bevindt zich 10 meter vanuit de bassinrand. De pseudo-drenkeling moet aan de kant worden gebracht. Er wordt gezorgd voor een adequate alarmering. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling op de kant is gebracht, door middel van het geven van een voetje.
- Ond. 3**
- A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door:
  - B. 50 meter schoolslag;
  - C. 50 meter borstcrawl;
  - D. 50 meter zeemanslag;
  - E. 50 meter rugcrawl.
- Ond. 4** Pseudo-drenkeling opeenvolgend 50 meter vervoeren in de onderstaande vervoersgrepen:
- A. 25 meter in de koptgreep;
  - B. 25 meter in de schoudergreep.
- Ond. 5**
- A. Te water gaan met een compact jump;
  - B. 25 meter wrikken op de rug richting de voeten;
  - C. 10 seconden watertrappen;
  - D. 25 meter wrikken op de rug richting het hoofd.

**IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN**

- Ond. 6**
- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,
  - B. onmiddellijk gevolgd door minimaal 20 meter onderwater zwemmen,
  - C. de baan uitzwemmen in de schoolslag, waarbij de ogen boven water moeten worden gehouden.
- Ond. 7** Vanaf de bassinrand met een kopsprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door maximaal 5 minuten en 30 seconden zwemmen verdeeld over minimaal 2 borstslagen en 1 rugslag, dit naar keuze van de kandidaat. Elke slag dient minimaal 25 meter opeenvolgend te worden uitgevoerd. In deze 5 minuten en 30 seconden dient minimaal een afstand van 200 meter te worden gezwommen.

<sup>19</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

- Ond. 8** Het op de kant uitvoeren van maatregelen tegen kramp bij jezelf met betrekking tot:  
 A. Vingerkramp;  
 B. Kuitkramp.  
 C. Bovenbeenkramp
- Ond. 9** Vanaf de bassinrand met zwemvliezen aan te water gaan en vervolgens 50 meter borstcrawl met zwemvliezen, binnen 40 seconden.
- Ond. 10** A. De redder maakt vanaf de kant samen met een persoon op de kant een positiebepaling, met behulp van een kruispeiling, van een zichtbare drenkeling (de drenkeling wordt nadat de redder start met zwemmen vervangen door een gezonken reddingspop<sup>20</sup>);  
 B. de redder gaat vanaf de bassinrand met een schredesprong te water en zwemt in de lijn van de kruispeiling naar de plaats van de gezonken drenkeling;  
 C. bij aankomst op de plaats van de gezonken drenkeling, zet de redder de meegebrachte geblindeerde bril op en gaat op een veilige manier de gezonken drenkeling zoeken; De reddingspop moet in het water liggen op een waterdiepte tussen de 1,5 meter en maximaal 3 meter;  
 D. de redder haalt de pop omhoog (zeemansgreep) en zet de geblindeerde bril af. Op aanwijzing van de official mag de reddingspop worden losgelaten.
- Ond. 11** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, zwemmen in een borstslag naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling je stevig laten vastpakken om vervolgens de technieken van onderstaande bevrijdingsgrepen te tonen, aansluitend de pseudo-drenkeling vervoeren in de aangegeven vervoersgreep:  
 B. achterwaartse omklemming 10 meter vervoeren in de okselgreep;  
 C. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de zeemansgreep;  
 D. voorwaartse omklemming 20 meter vervoeren in een vervoersgreep die niet omschreven staat in de handleiding Life Saver;  
 E. dubbele polsgreep 10 meter vervoeren in de houdgreep;  
 F. toon met een geoefende zwemmer 10 meter vervoeren in de triangelgreep.
- Ond. 12** Naspelen van een pseudo ongeval, met twee redders, waarbij in onderlinge samenwerking een natte redding moet worden uitgevoerd met een hulpmiddel naar keuze van de reddingsbrigade. De pseudo-drenkeling bevindt zich 12,5 meter vanuit de bassinrand in het water. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling op de kant is gebracht, door middel van een voetje. Daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 13** A. Voorzichtig te water gaan en zwemmen naar een bewusteloze (op zijn buik liggende) Pseudo-drenkeling die op ± 1,5 meter van de kant af ligt,  
 B. het uitvoeren van een Body Hug,  
 C. de opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling gedraaid is (De redder blijft de pseudo-drenkeling vast houden totdat official aangeeft dat pseudo-drenkeling los gelaten mag worden).

<sup>20</sup> Reddingspop (conform hoofdstuk 4.2).



## LIFE SAVER 2

Geldige verklaring Eerste Hulp, zoals vermeld in ER artikel 2.5

### THEORIE (MONDELING)

De kandidaat dient de theorie m.b.t. de handelingen die moeten worden verricht bij het redden van drenkelingen uit open water te beheersen.

De theorie omvat de handleiding Life Saver hoofdstuk 1 t/m 7.

### GEKLEED UIT TE VOEREN

(zie voor kledinggeisen het ER)

- Ond. 1** In water waar niet gestaan kan worden achtereenvolgens de handelingen toepassen ter bevrijding uit<sup>21</sup>:
- A. de dubbele polsgreep;
  - B. de achterwaartse omklemming.
  - C. de voorwaartse omklemming
- Ond. 2** Het naspelen van een pseudo ongeval, met twee redders, waarbij in onderlinge samenwerking een droge redding moet worden uitgevoerd met een hulpmiddel (de official maakt een keuze uit 3 door de brigade beschikbare gestelde hulpmiddelen). De pseudo-drenkeling bevindt zich 10 meter vanuit de bassinrand. De pseudo-drenkeling moet aan de kant worden gebracht. Er wordt gezorgd voor een adequate alarmering. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling op de kant is gebracht, door middel van het geven van een voetje.
- Ond. 3**
- A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door:
  - B. 50 meter schoolslag;
  - C. 50 meter polocrawl;
  - D. 50 meter zeemanslag;
  - E. 50 meter rugcrawl;
  - F. 25 meter borstcrawl.
- Ond. 4** Pseudo-drenkeling opeenvolgend 50 meter vervoeren in de onderstaande vervoersgrepen:
- A. 10 meter in de okselgreep;
  - B. 10 meter in de kopgreep;
  - C. 10 meter in de polsgreep;
  - D. 10 meter in de schoudergreep;
  - E. 10 meter in de zeemansgreep.
- Ond. 5** In het water, waar niet kan worden gestaan en los van kant of lijn van één van de kledingstukken een drijfmiddel maken en hierop 30 seconden blijven drijven in een "HELP"-houding.

### IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN

- Ond. 6**
- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een kopsprong te water gaan,
  - B. onmiddellijk gevolgd door 25 meter onderwater zwemmen.
- Ond. 7** Vanaf de bassinrand met een schredesprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door maximaal 6 minuten en 15 seconden zwemmen verdeeld over minimaal 3 borstslagen en 2 rugslag, dit naar keuze van de kandidaat. Elke slag dient minimaal 25 meter opeenvolgend te worden uitgevoerd. In deze 6 minuten en 15 seconden dient minimaal een afstand van 225 meter te worden gezwommen.

<sup>21</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)

– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

- Ond. 8**
- A. In het water ligt een drenkeling met kramp (naar keuze van de official), voer een positiebepaling, met behulp van een kruispeiling uit.
  - B. Ga veilig te water, benader de drenkeling en help de drenkeling op een veilige manier naar de kant.
  - C. Aldaar voordoen hoe de kramp op te lossen is. De drenkeling dit na laten doen,
  - D. en als de kramp verholpen is de drenkeling op een veilige manier op de kant brengen.
- Ond. 9** Vanaf de bassinrand met zwemvliezen aan te water gaan en vervolgens 50 meter borstcrawl met zwemvliezen, binnen 40 seconden.
- Ond. 10**
- A. Het naspelen van een pseudo ongeval met twee redders, waarbij in onderlinge samenwerking een natte redding wordt uitgevoerd, waarbij gezamenlijk de een gebied systematisch wordt afgezocht naar een reddingspop<sup>22</sup> (geheel gevuld met water en afgesloten doppen) in een gebied van 5 meter lang bij 2,5 meter breed,
  - B. Reddingspop boven water brengen en na toestemming van de official weer laten zakken,
  - C. daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 11**
- A. Vanaf de bassinrand met een compactjump te water gaan, zwemmen in een borstslag naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling je stevig laten vastpakken om vervolgens de technieken van onderstaande bevrijdingsgrepen te tonen, aansluitend de pseudo-drenkeling vervoeren in de aangegeven vervoersgreep:
    - B. achterwaartse omklemming 10 meter vervoeren in de okselgreep;
    - C. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de zeemansgreep;
    - D. voorwaartse omklemming 20 meter vervoeren in een vervoersgreep die niet omschreven staat in de handleiding Life Saver;
    - E. dubbele polsgreep 10 meter vervoeren in de houdgreep;
    - F. toon met een geoefende zwemmer 10 meter vervoeren in de triangelgreep.
- Ond. 12** Naspelen van een pseudo ongeval, met twee redders, waarbij in onderlinge samenwerking een natte redding moet worden uitgevoerd met behulp van een lijnredding. De pseudo-drenkeling bevindt zich 12,5 meter vanuit de bassinrand in het water. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling op de kant is gebracht, door middel van een voetje. Daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 13**
- A. Voorzichtig te water gaan en zwemmen naar een bewusteloze (op zijn buik liggende) pseudo-drenkeling die op  $\pm 1,5$  meter van de kant af ligt,
  - B. het uitvoeren van een Body Hug,
  - C. de opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling gedraaid is (De redder blijft de pseudo-drenkeling vast houden totdat official aangeeft dat pseudo-drenkeling los gelaten mag worden).

<sup>22</sup> Reddingspop (conform hoofdstuk 4.2).

## LIFE SAVER 3

Geldige verklaring Eerste Hulp, zoals vermeld in ER artikel 2.5

### THEORIE (MONDELING)

De kandidaat dient de theorie m.b.t. de handelingen die moeten worden verricht bij het redden van drenkelingen uit open water te beheersen.

De theorie omvat de handleiding Life Saver hoofdstuk 1 t/m 8.

### GEKLEED UIT TE VOEREN

(zie voor kledingseisen het ER)

- Ond. 1** In water waar niet gestaan kan worden achtereenvolgens de handelingen toepassen ter bevrijding uit<sup>23</sup>:
- A. de dubbele polsgreep;
  - B. de achterwaartse omklemming.
  - C. de voorwaartse omklemming
- Ond. 2** Een natte redding uitvoeren, met het gebruik maken zwemvliezen en een reddingsmiddel, van een pseudo-drenkeling. De pseudo-drenkeling moet worden gekalmeerd / gerustgesteld / verteld wat er gaat gebeuren. De pseudo-drenkeling bevindt zich op ca. 20 meter afstand vanaf de bassinrand in het water. Het reddingsmiddel moet door de pseudo-drenkeling kunnen worden vast gepakt zonder dat deze zich mag verplaatsen in het water. De pseudo-drenkeling moet aan de kant worden gebracht. Er wordt gezorgd voor een adequate alarmering. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling op de kant is gebracht, door middel van het geven van een voetje.
- Ond. 3**
- A. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door:
  - B. 50 meter schoolslag;
  - C. 50 meter polocrawl;
  - D. 50 meter rugcrawl;
  - E. 50 meter zeemanslag;
  - F. 50 meter borstcrawl.
- Ond. 4** Met zwemvliezen aan 50 meter vervoeren in de triangelgreep direct gevolgd door 50 meter vervoeren in een niet in de handleiding Life Saver omschreven vervoersgreep.
- Ond. 5** In het water, waar niet kan worden gestaan en los van kant of lijn van één van de kledingstukken een drijfmiddel maken en hierop 30 seconden blijven drijven in een "HELP"-houding.

### IN ZWEMKLEDING UIT TE VOEREN

- Ond. 6**
- A. Vanaf de verhoogde bassinrand of startblok met een compact jump te water gaan,
  - B. onmiddellijk gevolgd door 25 meter onderwater zwemmen.
- Ond. 7** Vanaf de bassinrand met een schredesprong te water gaan, onmiddellijk gevolgd door maximaal 7 minuten zwemmen verdeeld over minimaal 3 borstslagen en 2 rugslag, dit naar keuze van de kandidaat. Elke slag dient minimaal 25 meter opeenvolgend te worden uitgevoerd. In deze 7 minuten dient minimaal een afstand van 250 meter te worden gezwommen.

---

<sup>23</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

- Ond. 8** A. In het water ligt een drenkeling met kramp (naar keuze van de official), voer een positiebepaling, met behulp van een kruispeiling uit.  
 B. Ga voorzichtig te water, benader de drenkeling en help de drenkeling op een veilige manier naar de kant.  
 C. Aldaar voordoen hoe de kramp op te lossen is. De drenkeling dit na laten doen,  
 D. en als de kramp verholpen is de drenkeling op een veilige manier op de kant brengen.
- Ond. 9** Vanaf de bassinrand met zwemvliezen aan te water gaan en vervolgens 75 meter borstcrawl met zwemvliezen, binnen 1 minuut.
- Ond. 10** A. Het naspelen van een pseudo ongeval met twee redders, waarbij in onderlinge samenwerking een natte redding wordt uitgevoerd, waarbij gezamenlijk een gebied systematisch wordt afgezocht naar een zwevend voorwerp, dat geplaatst is tussen de 1,5 meter en maximaal 3 meter diepte. In een gebied van 5 meter lang bij 2,5 meter breed,  
 B. zwevend voorwerp boven water brengen<sup>24</sup> en na toestemming van de official weer laten zakken,  
 C. daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 11** A. Vanaf de bassinrand voorzichtig te water gaan, zwemmen in een borstslag naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling je stevig laten vastpakken om vervolgens de technieken van onderstaande bevrijdingsgrepen te tonen, aansluitend de pseudo-drenkeling vervoeren in de aangegeven vervoersgreep:  
 B. achterwaartse omklemming 10 meter vervoeren in de okselgreep;  
 C. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de polsgreep;  
 D. voorwaartse omklemming 20 meter vervoeren in een vervoersgreep die niet omschreven staat in de handleiding Life Saver;  
 E. dubbele polsgreep 10 meter vervoeren in de houdgreep;  
 F. direct gevolgd door 10 meter vervoeren in de zeemansgreep
- Ond. 12** Naspelen van een pseudo ongeval, met twee redders, waarbij in onderlinge samenwerking een natte redding moet worden uitgevoerd met behulp van een lijnredding. De pseudo-drenkeling bevindt zich 25 meter vanuit de bassinrand in het water. De opdracht is afgerond als de pseudo-drenkeling op de kant is gebracht, door middel van een voetje, daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
- Ond. 13** Op de kant tonen de handelingen ter controle bewustzijn en ademhaling, afsluiten met het tonen van de kinlift.

<sup>24</sup> Wanneer het systematisch zoeken voldoende is getoond, kan de examinator besluiten deze opdracht eerder te laten stoppen. LET OP! punt C moet nog wel worden uitgevoerd.

## LIFE SAVER OPEN WATER

Het examen wordt afgenomen in open water

### VAARDIGHEDEN

**Ond. 21** Run-swim-run, binnen 10 minuten, (200 meter - 200 meter - 200 meter)

### REDDINGSTECHNIEKEN

**Ond. 22** Onder leiding van de official, naspelen van een pseudo ongeval, waarbij in onderlinge samenwerking één natte redding wordt uitgevoerd. De redding is compleet als de drenkeling veilig op het strand / kant is gebracht en er voor een adequate alarmering is verzorgd via communicatie middelen naar de centrale post.

De volgende reddingstechnieken of reddingsmiddelen mogen worden uitgekozen:

- rescueboard;
- zoeken naar een drenkeling in ondiep water (minder dan 1,50 meter);
- rescuetube;
- werpzak;
- reddingsklos.

### BEVRIJDINGS-, VERVOERSGREPEN

**Ond. 23** Op de kant tonen van<sup>25</sup>:

- A. de dubbele polsgreep;
- B. voorwaartse omklemming;
- C. achterwaartse omklemming.

De kandidaat vervoert, in het water, een drenkeling in twee van de volgende vervoersgrepen (keuze official) gedurende 100 meter:

- kopgreep
- schoudergreep
- zeemansgreep
- okselgreep
- polsgreep

### SCHIEMANNEN

**Ond. 24** Het uitvoeren van de volgende knopen

- halve knoop
- platte knoop
- achtknoop
- paalsteek

---

<sup>25</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

## UIT HET WATER HALEN

- Ond. 25** Naar keuze van de examinator een van de volgende technieken demonstreren
- Ondersteunend vervoer
  - Stoeltje
  - Geven van een voetje
  - Australische vervoersgreep
  - Rautekgreep

## TE WATER GAAN EN OP DE KANT KOMEN

- Ond. 26** Het te water gaan vanuit een reddingsbrigadevaartuig gevolgd door het zelfstandig weer aan boord komen van een reddingsbrigadevaartuig.  
OF  
Het te water gaan vanaf een verhoogde walkant (minimaal 30 cm) gevolgd door het zelfstandig weer op de verhoogde walkant klimmen.

## THEORIE

- Ond. 27** Aan de hand van de handleiding Live Saver hoofdstuk 1 t/m 7 (hoofdstuk 8 niet) wordt de redding uitgevoerd in onderdeel 22 nabesproken. Er wordt tijdens dit gesprek gekeken welke techniek is toegepast en waarom deze keuze gemaakt is. Daarnaast worden er door de official nog twee casussen voorgelegd.

## LIFE SAVER BEACH

Het examen wordt afgenomen in de zee

### VAARDIGHEDEN

**Ond. 21** Run-swim-run, binnen 10 minuten, (75 meter - 50 meter - 75 meter)

### REDDINGSTECHNIEKEN

**Ond. 22** Onder leiding van de official, naspelen van een pseudo ongeval, waarbij in onderlinge samenwerking één natte redding wordt uitgevoerd. De redding is compleet als de drenkeling veilig op het strand / kant is gebracht en er voor een adequate alarmering is verzorgd via communicatie middelen naar de centrale post.

De volgende reddingstechnieken of reddingsmiddelen mogen worden uitgekozen:

- rescueboard;
- lijnredding
- afzoeken ondiepte;
- rescuetube;
- redding met primair alleen een reddingsvest.

### BEVRIJDINGS-, VERVOERSGREPEN

**Ond. 23** Op de kant tonen van<sup>26</sup>:

- A. de dubbele polsgreep;
- B. voorwaartse omklemming;
- C. achterwaartse omklemming.

De kandidaat vervoert, in het water, een drenkeling in twee van de volgende vervoersgrepen (keuze official) gedurende 100 meter:

- kopgreep
- schoudergreep
- zeemansgreep
- okselgreep
- polsgreep
- 

### SCHIEMANNEN

**Ond. 24** Het uitvoeren van de volgende knopen

- halve knoop
- platte knoop
- achtknoop
- paalsteek

### UIT HET WATER HALEN

**Ond. 25** Naar keuze van de examinator een van de volgende technieken demonstreren

- ondersteunend vervoer;
- stoeltje;
- rautekgreep;
- Australische vervoersgreep.

---

<sup>26</sup> Bij de bevrijdingsgrepen moeten de drie situaties van de greep worden getoond.

- Situatie 1: Defensief benaderen (niet laten vastpakken) – Situatie 2: Net vastgepakt (snelle bevrijding)  
– Situatie 3: Stevig vast gepakt (technische bevrijding).

## TE WATER GAAN EN OP DE KANT KOMEN

- Ond. 26** Het te water gaan vanuit een reddingsbrigadevaartuig gevolgd door het zelfstandig weer aan boord komen van een reddingsbrigadevaartuig.  
OF  
Het te water gaan vanaf een verhoogde walkant (minimaal 30 cm) gevolgd door het zelfstandig weer op de verhoogde walkant klimmen.

## THEORIE

- Ond. 27** Aan de hand van de handleiding Live Saver hoofdstuk 1 t/m7 EN hoofdstuk 9 (hoofdstuk 8 niet) wordt de redding uitgevoerd in onderdeel 22 nabesproken. Er wordt tijdens dit gesprek gekeken welke techniek is toegepast en waarom deze keuze gemaakt is. Daarnaast worden er door de official nog twee casussen voorgelegd.



**Hoofdstuk 1 Algemeen**

**Hoofdstuk 2 Examenprocedures recreatieve opleidingen**

**Hoofdstuk 3 Brevet en diploma eisen**

**Hoofdstuk 4 Omschrijvingen**

- Kleding-eisen
- Reddingspop
- Zwemslagen

**Hoofdstuk 5 Officials**

## Art. 4.1 Kleding-eisen

### Kleding eisen voor de recreatieve diploma lijn tot en met junior redder 4 <sup>27</sup>

- Badkleding
- T-shirt, blouse of hemd met mouwen
- Lange broek (lange broeken die naadloos aansluiten op de huid zijn niet toegestaan)
- Regen/windjack (bedoeld wordt een jack met lange mouwen, dat vaak is vervaardigd uit een soort nylon)
- Schoenen die het vrij buigen van de voet niet of minder goed mogelijk maken.

Het is toegestaan dat kandidaten i.p.v. broek/blouse een jurk met mouwen of rok/blouse met mouwen dragen. De jurk/ rok moet tot over de knie reiken.

De kledingstukken behoren zodanig bevestigd te zijn, dat deze tijdens het verblijf in het water niet verloren kunnen worden. De kleding dient **schoon en in goede staat** te zijn.

Het gebruik van normale brillen plus of min dioptrie zijn toegestaan. Brillen om de ogen te beschermen tegen direct contact met het zwemwater, zoals duikbrillen zijn op geen enkel examenonderdeel toegestaan (met uitzondering van de onderdelen waar wordt gesproken over geblindeerde bril (tempered glass)). Duikbrillen (tempered glass), waarbij klaren mogelijk is, zijn alleen toegestaan op basis van medische indicatie en een toegekend schriftelijk dispensatie (zie artikel 1.4) en zijn geheel voor eigen risico.

### Kleding eisen voor de recreatieve diploma lijn zwemmend redder 1 tot en met Life Saver 3 <sup>27</sup>

- Badkleding
- T-shirt, blouse of hemd met mouwen
- Lange broek (lange broeken die naadloos aansluiten op de huid zijn niet toegestaan)

Het is toegestaan dat kandidaten i.p.v. broek/blouse een jurk met mouwen of rok/blouse met mouwen dragen. De jurk/ rok moet tot over de knie reiken.

De kledingstukken behoren zodanig bevestigd te zijn, dat deze tijdens het verblijf in het water niet verloren kunnen worden. De kleding dient schoon en in goede staat te zijn.

Het gebruik van normale brillen plus of min dioptrie zijn toegestaan. Brillen om de ogen te beschermen tegen direct contact met het zwemwater, zoals duikbrillen zijn op geen enkel examenonderdeel toegestaan (met uitzondering van de onderdelen waar wordt gesproken over geblindeerde bril (tempered glass)). Duikbrillen (tempered glass), waarbij klaren mogelijk is, zijn alleen toegestaan op basis van medische indicatie en een toegekend schriftelijk dispensatie (zie artikel 1.4) en zijn geheel voor eigen risico.

### Kleding eisen voor de recreatieve diploma's Life Saver Open Water en Beach

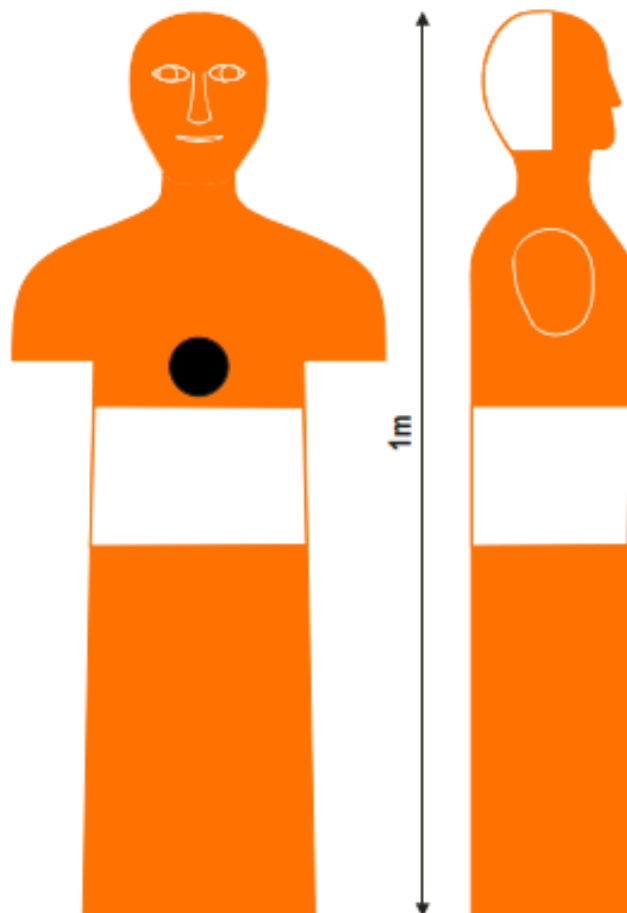
Er zijn voor deze diploma's geen speciale kleding eisen van toepassing, de kleding moet aangepast worden aan de weersomstandigheden en de watertemperatuur.

---

<sup>27</sup> Of kleding voldoet is ter beoordeling van de official, bij twijfel kan de examenvoorzitter worden geraadpleegd. Mocht de kleding niet voldoen dan wordt de deelnemer uitgesloten van het examen.

#### Art. 4.2 Reddingspop

- De reddingspop is vervaardigd uit plastic en is zodanig geconstrueerd dat deze kan vollopen met water.
- De reddingspop kan worden afgesloten met behulp van schroefdoppen. Hierdoor kan de reddingspop geheel of gedeeltelijk worden gevuld met lucht of water.
- Op de voorzijde van de pop is een schroefdop aangebracht. Op het moment dat de pop gevuld is met water tot de onderzijde van deze opening en de openingen vervolgens worden afgesloten blijft de reddingspop rechtop tot ongeveer schouderhoogte in het water drijven.
- De reddingspop heeft een hoogte van ongeveer 1 meter
- De achterkant van het hoofd van de reddingspop is in een contrasterende kleur geschilderd.
- Op het midden van de pop is een contrasterende kleur aangebracht. Deze lijn is geplaatst op 40 cm vanaf de onderzijde van de pop. De lijn is 15 cm breed.



### **Art. 4.3 Zwemslagen**

Voor wat betreft de uitvoering van de zwemtechnieken verwijzen we naar de onderstaande websites.

#### **Tot en met junior redder 4:**

Schoolslag: <http://www.zwemwiki.org/tiki-index.php?page=Schoolslag>  
Enkelvoudige rugslag: <http://www.zwemwiki.org/tiki-index.php?page=Enkelvoudige+rugslag>  
Borstcrawl (C-diploma): <http://www.zwemwiki.org/tiki-index.php?page=Zwemdiploma+C+Borstcrawl>  
Rugcrawl (C-diploma): <http://www.zwemwiki.org/tiki-index.php?page=Rugcrawl>

Voor de overige zwemtechnieken (Samengestelde rugslag / Zeemansslag / Wrikken /  
Onderwaterzwemmen / Kopsprong / kopsprong):  
<http://www.zwemwiki.org/tiki-index.php?page=Examenprogramma+Zwemvaardigheidsdiploma+1+2+3>

#### **Vanaf zwemmend redder 1:**

<http://www.zwemwiki.org/tiki-index.php?page=Examenprogramma+Zwemvaardigheidsdiploma+1+2+3>

**Hoofdstuk 1 Algemeen**

**Hoofdstuk 2 Examenprocedures recreatieve opleidingen**

**Hoofdstuk 3 Brevet en diploma eisen**

**Hoofdstuk 4 Omschrijvingen**

**Hoofdstuk 5 Officials**

- Onderscheid officials
- Officials
- Examenofficials
- Aanmelding
- Benoeming
- Beëindiging officialschap
- Diplomalijnen Reddingsbrigade Nederland
- Verwachtingen officials
- Uitsluiting deelname examen
- Landelijke bevoegdheid
- Licentie regeling

### Art. 5.1 Onderscheid officials

Officials worden onderscheiden in:

- examenofficials (L1, L2, L3, L4, LV)

### Art. 5.2 Officials

Uitsluitend leden van bij RN-KNBRD aangesloten reddingsbrigades kunnen als official worden benoemd. De benoeming vindt plaats in opdracht van het bondsbestuur, op voordracht van de Commissie Official Zaken voor een bepaalde tijd.

### Art. 5.3 Examenofficials

Een examen official moet in het bezit zijn van het diploma waarvoor hij/zij examineert of van een diploma hoger in de lijn van diploma's van Reddingsbrigade Nederland (zie artikel 5.7).

De examen officials worden onderscheiden naar bevoegdheid voor het afnemen van de examens voor de lagere diploma's en brevetten zwemmend redden:

- L1 official zwemmend redder 1 t/m 4 en toezichthouder voor bij junior redder 1 t/m 4 binnen het verband van een examencommissie;
- L2 official Life Saver 1 t/m 3, open water & beach, official waterhulpverlening;
- L3 Beoordelaar Hogere Bondsopleidingen niveau 2/3;
- L4 Beoordelaar Hogere Bondsopleidingen niveau 4.
- LV Voorzitter van een examencommissie

### Art. 5.4 Aanmelding

Het aanmelden van aspirant officials moet via het betreffende inschrijfformulier bij de Commissie Official Zaken (COZ). Deze controleert of er voldaan wordt aan onderstaande voorwaarde en zet de aanmelding (indien mogelijk) vervolgens door naar het HBO-lid en coördinator LBO van het desbetreffende rayon.

De aanmelding van een aspirant official kan worden gedaan door:

L1

- Aangesloten reddingsbrigade;
- Rayon commissie;
- Landelijk rayon opleidingen;
- Commissie opleidingen;
- Bondsbestuur.

L2

- Rayon commissie;
- Landelijk rayon opleidingen;
- Bondsbestuur.

L3

- HBO-lid commissie;
- Landelijk rayon opleidingen;
- Bondsbestuur.

L4

- Landelijk rayon opleidingen;
- Bondsbestuur.

LV

- Rayon commissie;
- Landelijk rayon opleidingen;
- Bondsbestuur.

Bij aanmelding moet de aspirant official minimaal in het bezit zijn van onderstaande diploma's.

L1

- Instructeur diploma niveau 3 (minimaal 2 jaar in bezit)

L2

- Bevoegdheid L1.(minimaal 2 jaar in bezit)
- KNBRD Diploma B of Life Saver 3

L3 (is nog niet ontwikkeld)

- Bevoegdheid L2;
- Praktijkopleider;
- Lifeguard.

L4 (is nog niet ontwikkeld)

- Bevoegdheid L3
- Leercoach.

LV

- Bevoegdheid L2; (minimaal 2 jaar in bezit)

### **Art. 5.5 Benoeming**

De Commissie Official Zaken controleert of de beoordelingsprocedure volgens de regels is verlopen. Wanneer de ambtelijk secretaris van de Centrale Examen Commissie (CeCo) de PvB positief heeft beoordeeld, wordt de betrokkene via de COZ voor benoeming voorgedragen bij het bondsbestuur. Na benoeming door bondsbestuur ontvangt de official persoonlijk bericht en wordt de benoeming gepubliceerd in de eerstvolgende digitale nieuwsbrief.

Wanneer de beoordeling ongunstig is, worden de betrokkenen en de aanvrager daarvan in kennis gesteld door de COZ.

### **Art. 5.6 Beëindiging officialschap**

De toegekende bevoegdheden vervallen automatisch als de betrokkene ophoudt bondslid te zijn (bijvoorbeeld door opzeggen lidmaatschap reddingsbrigade of overlijden).

De toegekende bevoegdheden kunnen door het bondsbestuur/COZ worden ingetrokken wanneer betrokkene daarom verzoekt.

De toegekende bevoegdheid / bevoegdheden vervallen op het moment dat er niet wordt voldaan aan de voorwaarden als omschreven in de licentieregeling.

De toegekende bevoegdheden kunnen door het bondsbestuur worden ingetrokken wanneer betrokkene als bondsofficial disfunctioneert; dit ter beoordeling van het bondsbestuur, gelet op het schriftelijk advies van de Commissie Opleidingen en/of het Landelijk Rayon Opleidingen.

### **Art. 5.7 Diplomalijnen Reddingsbrigade Nederland**

Reddingsbrigade Nederland kent drie verschillende diploma lijnen:

- Recreatieve opleidingen(LBO)
- Waterhulpverlening (WHV)
- Hogere Bondsdiploma's (HBO)

Zoals eerder in de hoofdstuk benoemd is moet een official zelf altijd in het bezit zijn van een diploma of een hoger diploma vanuit één van deze diplomalijnen. Hieronder een overzicht van de diploma groepen uit de verschillende diplomalijnen.

Niveau volgorde van diploma's LBO (van hoog naar laag):

- Life Saver<sup>28</sup> 1,2,3, OW, BE
- Zwemmend redder 1,2,3,4
- Junior redder 1,2,3,4

Niveau volgorde van diploma's WHV (van hoog naar laag):

- Senior Lifeguard (incl. Specialisatie)
- Lifeguard (incl. Specialisatie)
- Junior Lifeguard (incl. Specialisatie)

Niveau volgorde van diploma's HBO (van hoog naar laag):

- Leercoach;
- Praktijkbegeleider;
- Niveau 3 diploma (alle specialisaties);
- Niveau 2 diploma (alle specialisaties).

### **Art. 5.8 Verwachtingen officials**

Van de official, die namens de bond optreedt, wordt verwacht dat deze:

- bekend is met de taak waarvoor deze staat;
- bedoelde taak naar behoren vervult;
- door eigen doen en laten de naam van de bond niet schaadt;
- zo goed mogelijk samenwerkt met de andere bondsofficials, met inachtneming van ieders verantwoordelijkheid;
- de Bond zo goed mogelijk vertegenwoordigt in representatieve (bonds)kleding, waaruit niet valt af te leiden van welke reddingsbrigade de official lid is. Tevens draagt de official zijn naambadge op een duidelijk zichtbare plaats.
- bekend is met de licentie regeling

### **Art. 5.9 Uitsluiting deelname examen**

Officials en aspirant-officials kunnen niet ten aanzien van hetzelfde evenement of examen deelnemen als deelnemer respectievelijk als official.

### **Art. 5.10 Landelijke bevoegdheid**

Officials mogen landelijk examineren. Uitgangspunt bij het oproepen van de officials is het gebruiken van gezond verstand t.a.v. de reisafstanden. Uit kostenbesparende overwegingen kan en moet een coördinator LBO officials uit een ander rayon halen om te examineren na overleg met de coördinator LBO van het betreffende rayon.

### **Art. 5.11 Aspirant officials**

Aspirant officials maken geen deel uit van de examencommissie en zijn niet bevoegd de examenformulieren te ondertekenen.

---

<sup>28</sup> KNBRD Diploma B uit de oude diplomalijn is voor officials gelijk gesteld aan een Life Saver diploma uit de huidige opleidingslijn