



Livredder i 2008

Krav til færdigheder for at fungere som livredder for klubben i Munkebo Idrætscenter.

- Prøve som livredder

- Svømme 50 m (2 baner) på 1½ minut i en stil, så man hele tiden ser fremad og orienterer sig (brystsvømning fx).
- Fra svømmende i overfladen – 2 dyk til bunden.
- Undsætte en panisk svømmer og få hende ind til kanten.
- Undsætte en panisk svømmer (2 frigørelsesgreb). Når den paniske svømmer er blevet rolig, skal hun bjærges i land og tages op af to mand og lægges i aflåst sideleje.
- Skråt dyk over 10 meter til bunden – bjærg rolig svømmer ind til kanten og tag hende op alene.
- Hjertemassage og mund til næse
- Anlægsdelen: Hvor er alarmerne, og evakueringsplan

Bestået livredderprøven i oktober 2008:

- Kim Skytte
- Per Dolleris
- Per Michael Jensen
- Peter Bundgaard
- Peter Groes-Petersen
- Gorm Rønved Larsen