

KNBRD- strandwachtbrevet

De kandidaat moet de leeftijd van 13 jaar hebben bereikt.
Zie voor kledingseisen het ER, artikel 3.1

Brevet eisen:

A. Theorie:

1. De kandidaat dient bekend te zijn met hoofdstuk 1 t/m 3 van de Handleiding Strandwacht van Reddingsbrigades Nederland.
Het examen is mondeling en vindt plaats gedurende 15 minuten per 2 kandidaten

B. Praktijk:

1. Op het droge kunnen toepassen van volgende bevrijdingsgrepen en transportgrepen:
 - bevrijdingsgrepen: * enkele polsgreep
* dubbele polsgreep van onderen
* dubbele polsgreep van boven
* voorwaartse omklemming
* achterwaartse omklemming
 - transportgrepen: * rautekgreep
* stoelhouding
* ondersteunend
2. Deelnemen aan een pseudo-redding vanaf het strand in de volgende reddingmethoden:
 - kettinggreep
 - zwin afzoeken
 - lijnredding

Alle uit te voeren pseudo-reddingen vinden plaats met inachtneming van:

- veiligheidsaspecten (zoals afzetting/ werkcirkels etc.)
- transport (rautekgreep/ stoelhouding/ ondersteunend)

C. Eigen Vaardigheid:

1. Zwemmen in zee in zwemkleding van de volgende onderdelen:
 - het vervoeren van een pseudo-drenkeling over 50 meter of minimaal 2 minuten in twee vervoersgrepen naar keuze van de examinator
 - 10 meter of 10 seconden onderwater zwemmen (zo mogelijk met de stroom mee)

2. 200 meter run-swim-run *)

Begin met 50 meter hardlopen over het strand (waarvan minstens 25 meter door zacht/ los zand). Vervolgens te water gaan en 50 meter in zee zwemmen, gevolgd door 50 meter terug naar het strand zwemmen. Tenslotte 50 meter hardlopen over het strand.

De run-swim-run moet binnen 10 minuten uitgevoerd zijn, waarbij er minimaal aantoonbaar door de branding is gezwommen.

*) *De zwemafstand kan ter beoordeling van de voorzitter examencommissie worden ingekort (waarbij wel minimaal door de branding moet zijn gezwommen).*