



Livräddarutbildning på Vansbro simhall och gym

Att ha genomfört och fått godkänt resultat är ett krav för att få vara livräddare under tävlingarna.

Utbildningsstart v.14

Lördag-söndag (dagtid).

OBS! Bokning/reservation av tider görs senast 1 april av föreningsansvarig

Föreningarna deltar i utbildningen gruppvis, med cirka 10 livräddare per tillfälle.

Anmälan sker via telefon 0281-75049 till simhallen.

Vansbrosimningen bjuder på inträde på simhallen.

Anteckna namn och förening hos simhallspersonalen.

Beräknad tid 60 min.

Deltagarnas föreningar får ersättning.

Personalen på simhallen beslutar om du blir godkänd eller inte.

Utbildningen består av följande delare:

- Kasta livboj med lina.
- Dykning efter docka 1,5m.
- Bogsering med och utan livboj.
- Upptag på kant/brygga alternativt båt. (Båt gäller endast båtlivräddare).
- Lasta/bära på bår (upplys om att det blir svårare på bryggan).
- HLR - 30:2 (alla ska göra minst tre serier på docka).