



## Übersicht der Schwimmabzeichen und deren Eignung für das Deutsche Sportabzeichen:

### Altersgruppe bis 17 Jahre: (Nachweis ist einmalig zu erbringen und gilt somit für den gesamten Jugendzeitraum)

- Ablegen einer Schwimmdisziplin aus den Disziplingruppen Ausdauer **oder** Schnelligkeit im Zuge der Sportabzeichen-Prüfung. **Ausnahmeregelung für die Disziplingruppe Ausdauer:** Als Nachweis der Schwimmfertigkeit gilt auch, wenn eine Strecke aus der Disziplingruppe Ausdauer vollständig durchschwommen wird, die erreichte Zeit aber nicht der Mindestanforderung für die Leistungsstufe Bronze entspricht
- 15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), wobei eine offensichtliche Fortbewegung im Wasser ersichtlich sein muss
- <12 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit (am Stück und ohne Unterbrechung) oder das "Deutsche Jugendschwimmabzeichen" ab Bronze  
>=12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 Min. (am Stück und ohne Unterbrechung)



## Altersgruppe von 18 bis 99 Jahre: (Nachweis gilt grundsätzlich 5 Jahre)

- Ablegen einer Schwimmdisziplin aus den Disziplingruppen Ausdauer **oder** Schnelligkeit im Zuge der Sportabzeichen-Prüfung. **Ausnahmeregelung für die Disziplingruppe Ausdauer:** Als Nachweis der Schwimmfertigkeit gilt auch, wenn eine Strecke aus der Disziplingruppe Ausdauer vollständig durchschwommen wird, die erreichte Zeit aber nicht der Mindestanforderung für die Leistungsstufe Bronze entspricht
- 15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), wobei eine offensichtliche Fortbewegung im Wasser ersichtlich sein muss
- Vorlage des Deutschen Jugendschwimmabzeichens in Gold, des Deutschen Schwimmabzeichens bzw. des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens bei Abnahme durch DLRG, DSV, Wasserwacht, DRK, ASB sowie des Deutschen Triathlon-Abzeichens, des Deutschen Fünfkampfabzeichens und des Leistungsabzeichens Flossenschwimmen
- 100 m Kleiderschwimmen in höchstens 4 Min. mit anschließendem Entkleiden im Wasser gemäß Ausführungsbestimmungen der DLRG bzw. Wasserwacht im DRK für diese Übung



TV Eintracht Algermissen e.V. · Postfach 51 · 31189 Algermissen

## Schwimmabzeichen Eignung für Deutsches Sportabzeichen (Jugend)

- Seepferdchen NEIN
- Seehund TRIXI NEIN
- Seeräuber JA
- Bronze JA
- Silber JA
- Gold JA

## Schwimmabzeichen Eignung für Deutsches Sportabzeichen (Erwachsene)

- Seepferdchen NEIN
- Seehund TRIXI NEIN
- Seeräuber NEIN
- Bronze NEIN
- Silber NEIN
- Gold JA

**Geschäftsadresse:** Postfach 51 · 31189 Algermissen  
**E-mail:** info@tve-algermissen.de  
**Internet:** www.tve-algermissen.de  
**Vereinsregister-Nr.:** 905  
**Steuer-Nr.:** 30/215/40467

**Vorsitzender:** Ulrich Heuer  
In den Dorfäckern 6 · 31191 Algermissen  
Telefon 05126/2257 · E-mail: uli.heuer@t-online.de  
**Stellv.:** Claudia Rautenstrauch  
Kranzweg 11 · 31191 Algermissen  
**Stellv.:** Heinrich Schmalstieg  
Mühlenstraße 75 · 31191 Algermissen

**Bankverbindungen:** Sparkasse Hildesheim  
IBAN DE97 2595 0130 0030805660  
BIC NOLADE 21HIK

Volksbank eG Hildesheim - Lehrte-Pattensen  
IBAN DE42 2519 3331 3005 1436 00  
BIC GENODEF 1PAT



TV Eintracht Algermissen e.V. · Postfach 51 · 31189 Algermissen



## Frühschwimmer - "Seepferdchen"

### Leistungen

- Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen
- Heraufholen eines Tauchringes oder Tellers mit den Händen aus schulertiefem Wasser (Schultiefe bezogen auf den Prüfling)

Die Leistungen müssen ohne Hilfsmittel, wie eine Schwimm- oder Taucherbrille erbracht werden.

Nach dem Frühschwimmerabzeichen "Seepferdchen" kann das Abzeichen für Vielseitigkeitsschwimmen

» ["TRIXI"](#) sowie der

» ["Deutsche Jugendschwimmpass - BRONZE"](#)

erlangt werden.

**Geschäftsadresse:** Postfach 51 · 31189 Algermissen  
**E-mail:** [info@tve-algermissen.de](mailto:info@tve-algermissen.de)  
**Internet:** [www.tve-algermissen.de](http://www.tve-algermissen.de)  
**Vereinsregister-Nr.:** 905  
**Steuer-Nr.:** 30/215/40467

**Vorsitzender:** Ulrich Heuer  
In den Dorfäckern 6 · 31191 Algermissen  
Telefon 05126/2257 · E-mail: [uli.heuer@t-online.de](mailto:uli.heuer@t-online.de)  
**Stellv.:** Claudia Rautenstrauch  
Kranzweg 11 · 31191 Algermissen  
**Stellv.:** Heinrich Schmalstieg  
Mühlenstraße 75 · 31191 Algermissen

**Bankverbindungen:** Sparkasse Hildesheim  
IBAN DE97 2595 0130 0030805660  
BIC NOLADE 21HIK

Volksbank eG Hildesheim - Lehrte-Pattensen  
IBAN DE42 2519 3331 3005 1436 00  
BIC GENODEF 1PAT



TV Eintracht Algermissen e.V. · Postfach 51 · 31189 Algermissen



## Vielseitigkeitsabzeichen »Seehund TRIXI«

### Leistungen

- 25 m Brustschwimmen
- 25 m Rücken- oder Kraulschwimmen
- 15 m dribbeln mit einem Wasserball\*
- Kopfsprung vorwärts
- 7 m Streckentauchen
- 1 Rolle vorwärts oder rückwärts um die Quer- oder Längsachse im Wasser

Die Leistungen müssen ohne Hilfsmittel, wie eine Schwimm- oder Taucherbrille erbracht werden.

Nach dem Vielseitigkeitsschwimmer "TRIXI" kann der » ["Deutsche Jugendschwimmpass - BRONZE"](#) erlangt werden.

Unter dem Motto »Fit für den Spaß im Wasser« zielt das Vielseitigkeits- und Fitnessabzeichen »Seehund TRIXI« speziell auf die Kinder, die gerade das Frühschwimmerabzeichen »Seepferdchen« erfolgreich abgelegt haben. Das Vielseitigkeitsabzeichen »Seehund TRIXI« bietet der Deutsche Schwimmverband allen interessierten Institutionen und Vereinen an. Bitte fordern Sie das »Bestellformular TRIXI« unter [info@dsv.de](mailto:info@dsv.de).

\* Dribbeln bezeichnet in verschiedenen Ballsportarten die Fortbewegung mit dem Ball. Um sich schnell mit dem Ball zu bewegen und trotzdem Kontrolle über den Ball zu haben, gibt es eine spezielle Technik der Ballführung beim Wasserball. Die Technik entspricht weitestgehend der beim Kraulschwimmen, wobei der Kopf leicht angehoben ist und die Arme angewinkelt neben dem Ball vorbeigeführt werden. Der Ball wird vor dem Kopf geführt. Durch die entstehende Welle wird der Ball nach vorne getrieben.

**Geschäftsadresse:** Postfach 51 · 31189 Algermissen  
**E-mail:** [info@tve-algermissen.de](mailto:info@tve-algermissen.de)  
**Internet:** [www.tve-algermissen.de](http://www.tve-algermissen.de)  
**Vereinsregister-Nr.:** 905  
**Steuer-Nr.:** 30/215/40467

**Vorsitzender:** Ulrich Heuer  
In den Dorfäckern 6 · 31191 Algermissen  
Telefon 05126/2257 · E-mail: [uli.heuer@t-online.de](mailto:uli.heuer@t-online.de)  
**Stellv.:** Claudia Rautenstrauch  
Kranzweg 11 · 31191 Algermissen  
**Stellv.:** Heinrich Schmalstieg  
Mühlenstraße 75 · 31191 Algermissen

**Bankverbindungen:** Sparkasse Hildesheim  
IBAN DE97 2595 0130 0030805660  
BIC NOLADE 21HK

Volksbank eG Hildesheim - Lehrte-Pattensen  
IBAN DE42 2519 3331 3005 1436 00  
BIC GENODEF 1PAT



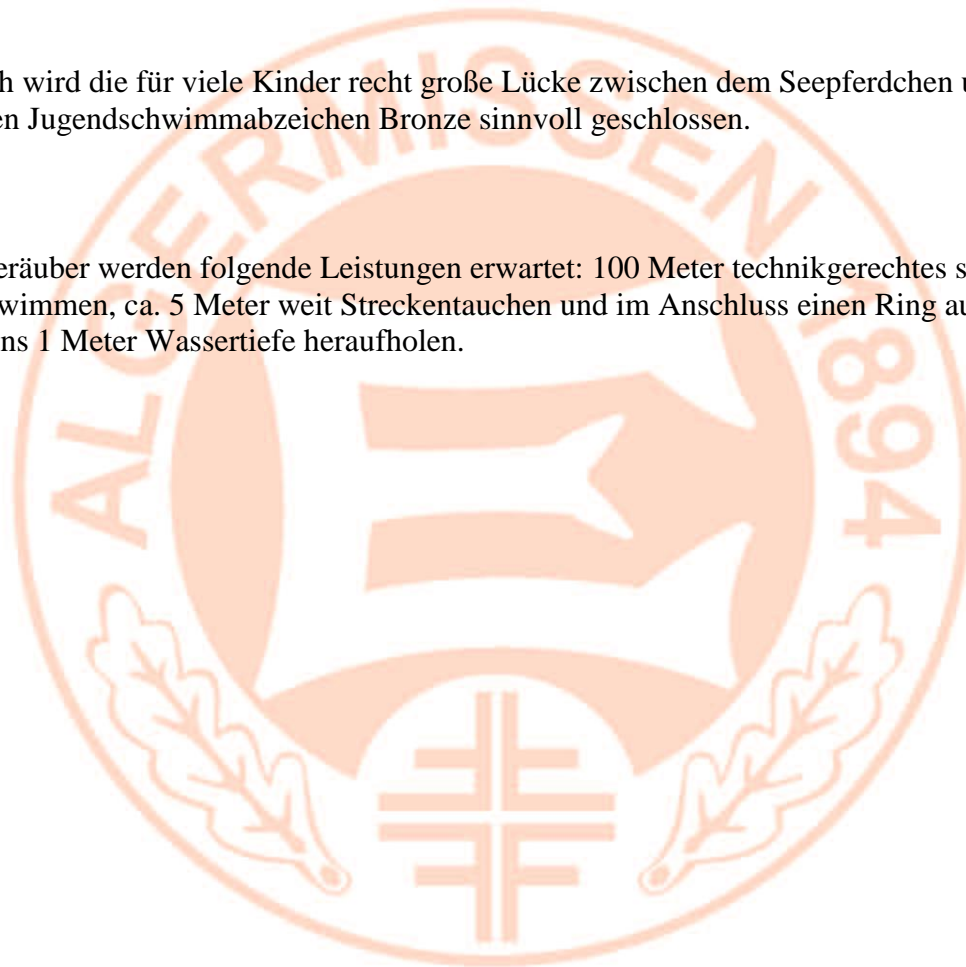
TV Eintracht Algermissen e.V. · Postfach 51 · 31189 Algermissen



## Der Seeräuber als Schwimlabzeichen

Hierdurch wird die für viele Kinder recht große Lücke zwischen dem Seepferdchen und dem Deutschen Jugendschwimlabzeichen Bronze sinnvoll geschlossen.

Beim Seeräuber werden folgende Leistungen erwartet: 100 Meter technikkerechtes sicheres Brustschwimmen, ca. 5 Meter weit Streckentauchen und im Anschluss einen Ring aus mindestens 1 Meter Wassertiefe heraufholen.



**Geschäftsadresse:** Postfach 51 · 31189 Algermissen  
**E-mail:** info@tve-algermissen.de  
**Internet:** www.tve-algermissen.de  
**Vereinsregister-Nr.:** 905  
**Steuer-Nr.:** 30/215/40467

**Vorsitzender:** Ulrich Heuer  
In den Dorfäckern 6 · 31191 Algermissen  
Telefon 05126/2257 · E-mail: uli.heuer@t-online.de  
**Stellv.:** Claudia Rautenstrauch  
Kranzweg 11 · 31191 Algermissen  
**Stellv.:** Heinrich Schmalstieg  
Mühlenstraße 75 · 31191 Algermissen

**Bankverbindungen:** Sparkasse Hildesheim  
IBAN DE97 2595 0130 0030805660  
BIC NOLADE 21HIK

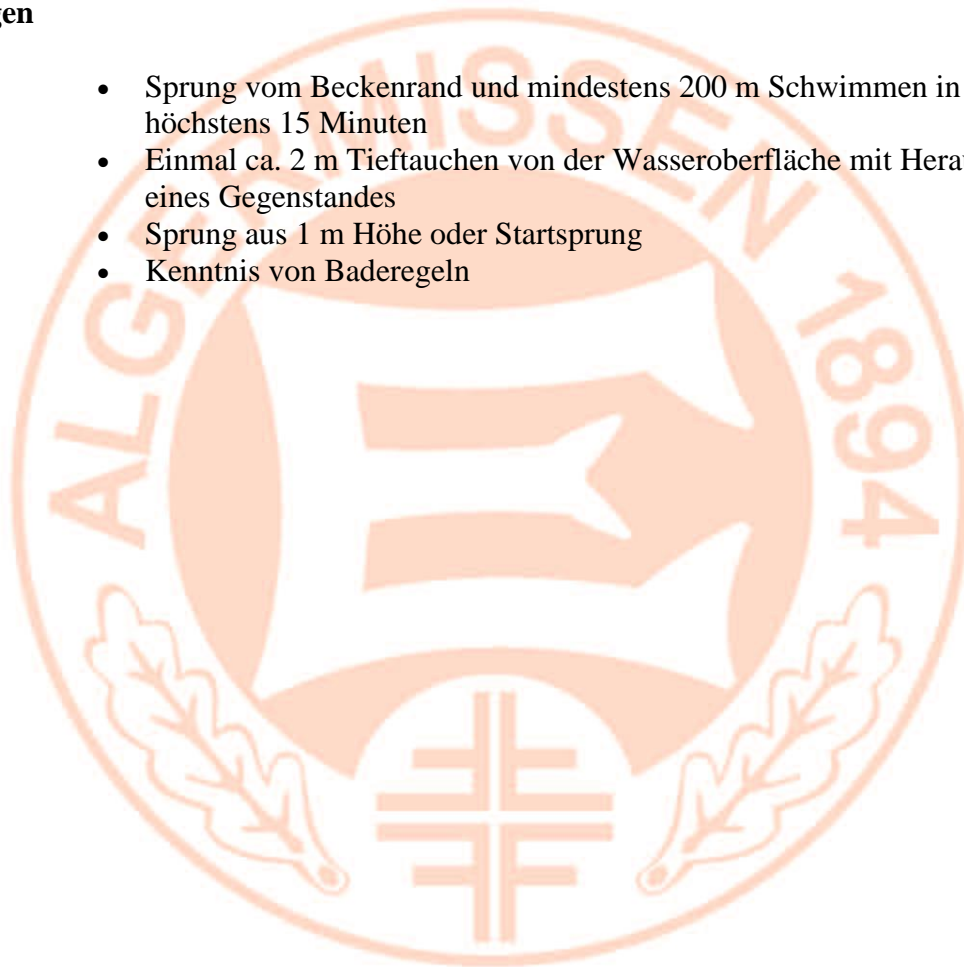
Volksbank eG Hildesheim - Lehrte - Pattensen  
IBAN DE42 2519 3331 3005 1436 00  
BIC GENODEF 1PAT



## Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze

### Leistungen

- Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
- Einmal ca. 2 m Tiefsauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes
- Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
- Kenntnis von Baderegeln

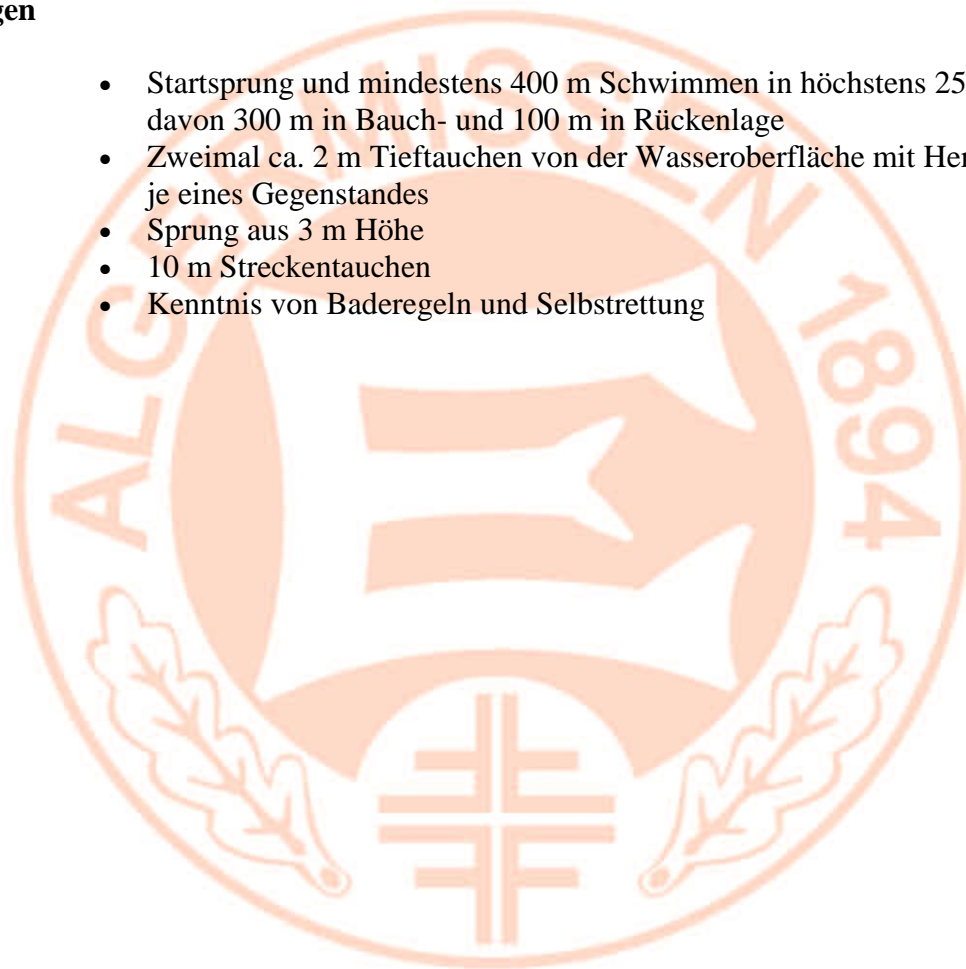




## Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber

### Leistungen

- Startsprung und mindestens 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage
- Zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes
- Sprung aus 3 m Höhe
- 10 m Streckentauchen
- Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung







## Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold (ab 9 Jahre)

### Leistungen

- 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten
- 50 m Brustschwimmen in höchstens 1:10 Min.
- 25 m Kraulschwimmen
- 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkraulschwimmen
- 15 m Streckentauchen
- Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von 3 kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa 2 m innerhalb von 3:00 Min. in höchstens 3 Tauchversuchen
- Sprung aus 3 m Höhe
- 50m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen
- Kenntniss von Baderegeln und Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbstrettung und einfache Fremdrettung)



## Übersicht, Nachweis der Schwimmfertigkeit (Stand 2016)

Zielsetzung ist es, die allgemeine Schwimmfertigkeit zu überprüfen. Neben der Leichtathletik und Gerätturnen gehört das Schwimmen zu den Klassikern des Sportabzeichens seit der Einführung des Breitensport-Ordens 1913. Um die Schwimmfertigkeit nachzuweisen, haben Sie folgende Möglichkeiten:

- Ablegen einer Schwimmdisziplin aus den Disziplingruppen Ausdauer **oder** Schnelligkeit im Zuge der Sportabzeichen-Prüfung. **Ausnahmeregelung für die Disziplingruppe Ausdauer:** Als Nachweis der Schwimmfertigkeit gilt auch, wenn eine Strecke aus der Disziplingruppe Ausdauer vollständig durchschwommen wird, die erreichte Zeit aber nicht der Mindestanforderung für die Leistungsstufe Bronze entspricht
- 15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), wobei eine offensichtliche Fortbewegung im Wasser ersichtlich sein muss
- <12 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit (am Stück und ohne Unterbrechung) oder das "Deutsche Jugendschwimmabzeichen" ab Bronze  
>=12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 Min. (am Stück und ohne Unterbrechung)
- Vorlage des Deutschen Jugendschwimmabzeichens in Gold, des Deutschen Schwimmabzeichens bzw. des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens bei Abnahme durch DLRG, DSV, Wasserwacht, DRK, ASB sowie des Deutschen Triathlon-Abzeichens, des Deutschen Fünfkampfabzeichens und des Leistungsabzeichens Flossenschwimmen
- 100 m Kleiderschwimmen in höchstens 4 Min. mit anschließendem Entkleiden im Wasser gemäß Ausführungsbestimmungen der DLRG bzw. Wasserwacht im DRK für diese Übung

Die Gültigkeit des Nachweises der Schwimmfertigkeit für das Deutsche Sportabzeichen ist begrenzt auf fünf Jahre und bezieht sich auf das Ausstellungsjahr.

Das Jahr des letzten Schwimmnachweises ist auf der Prüfkarte vermerkt.

Der Nachweis kann rückwirkend (vom laufenden Jahr) fünf Jahre anerkannt werden, wenn eine entsprechende Bescheinigung (DSA-Urkunde oder Prüfkarte) vorgelegt wird.

Für das Deutsche Sportabzeichen für Kinder und Jugendliche genügt ein einmaliger Nachweis. Auch dieser Nachweis kann rückwirkend vorgelegt werden

### Quelle:

<http://www.deutsches-sportabzeichen.de/fr/das-sportabzeichen/sportabzeichen-erwerben/disziplingruppen/allgemeine-schwimmfertigkeit/>