

Betreft: Opleiding Lifeguard Open Water

Aan de leden van Reddingsbrigade Drachten,

Vorig jaar zijn we met een aantal mensen gestart met de opleiding Lifeguard Open Water. Deze opleiding is bedoeld voor mensen die hun Lifesaver 3 gehaald hebben en zich verder willen ontwikkelen. Het diploma leidt op tot toezichthoudende en hulpverlenende taken bij open water.

De opleidingen van Reddingsbrigade Nederland zijn Internationaal erkend door de Internationale Life Saving Federation.

Het zijn de zogenaamde competentie gerichte opleidingen. De basis van deze opleidingen is competentiegericht leren. Er wordt vooral "opdracht gestuurd" gewerkt. De kandidaat moet de opdrachten in de praktijk uitvoeren. Er wordt o.a. beoordeeld op de verworven kennis, vaardigheden en houding/attitude.

De opleiding tot Lifeguard Open Water bestaat uit 4 proeven van bekwaamheid:

PvB	Omschrijving
3.1	Toezicht houden
3.2	Verlenen van hulp bij een incident
3.3	Verrichten van postwerk
3.4	Verzorgen van communicatie

Wij verzorgen deze opleiding in 2 jaar. Afgelopen jaar hebben de deelnemers module 3.1 en 3.4 gedaan. Dit jaar gaan we opleiden voor module 3.2 en 3.3 (volgend jaar dus weer 3.1 en 3.4)

Iedereen die Lifesaver 3 heeft gehaald of aantoonbaar ten minste voldoen aan de eisen van Lifesaver 3 en voldoet aan onderstaande eisen wordt hierbij uitgenodigd om deel te nemen aan de opleiding.

Deelname eisen Opleiding Lifeguard Open Water

1. Voldoen aan de conditie eisen: (Deze worden voor of op de eerste opleidingsdag afgetekend door één van de opleiders)

In zwembad:

- 50 meter in polocrawl zonder gebruik te maken van hulpmiddelen binnen de 50 seconden.
- Te water gaan met een startsprong, direct gevolgd door het zwemmen van 25 meter onderwater zonder tussendoor boven te komen. Tijdens deze 25 meter moeten er drie duikringen worden verzameld, welke minimaal 5 meter uit elkaar liggen, minimaal één van de ringen moet in het diepste gedeelte van het zwembad liggen.

Uitgevoerd in open water:

- 400 meter zwemmen zonder gebruik te maken van zwemvliezen.
De afstand moet worden gezwommen binnen de 8 minuten.
- Run-swim-run (200 meter - 200 meter - 200 meter) De afstand moet worden afgelegd binnen de 8 minuten

2. Leeftijd: vanaf 16 jaar
3. Opleidingsniveau: Life saver 3 of aantoonbaar ten minste voldoen aan de eisen van Lifesaver 3
4. In bezit van een geldig EHBO diploma
5. Je hebt beschikking over een wetsuit, voorkeur een lang wetsuit, dikte maakt niet uit als je het maar 2 uur in het water kan volhouden.
6. Je bent in bezit van de map Waterhulpverlening van Reddingsbrigade Nederland of bent bereid deze aan te schaffen (€ 50,00, gezamenlijk bestellen) Deze map wordt gebruikt voor bijna alle opleidingen in de opleidingslijn Waterhulpverlening.

De opleiding zal bestaan uit het zelfstandig door nemen van de theorie (behorende bij de les) vanuit de map Waterhulpverlening, voorafgaand aan de praktijk dagen. Tijdens de eerste 3 praktijkdagen zullen de opleiders de praktische vaardigheden met jullie oefenen, de theorie aan de praktijk koppelen, nader uitleg geven aan de theorie en jullie voorbereiden op het examen. De laatste praktijkdag wordt nog gepland (zal vlak voor het examen worden gepland) en zal in het teken staan van de examens.

De praktische informatie omtrent de opleiding:

Wat: Opleiding Lifeguard Open Water
Wie: Iedereen die voldoet aan bovenstaande opleidingseisen
Wanneer: Opleidingsdagen: 1. 11 juni 10.00 tot 14.00 uur
2. 18 juni 10.00 tot 14.00 uur
3. 25 juni 13.00 tot 17.00 uur
4. Nader te plannen (september)

Examendag: 23 september

Waar: Strandheem (Groninger Opende)
Kosten: - € 15,00 opleidingskosten (brandstofkosten, koffie en thee kosten, materiaalkosten etc.)
- € 50,00 aanschaf map Waterhulpverlening (voor meerdere opleidingen bruikbaar)
- € 25,00 examenkosten per Module
Opleiders: Dennis, Wout en Tymo
Opgave: voor 1 juni via: secretaris@rbdrachten.nl. Bij opgave vermelden of de map waterhulpverlening wel of niet aangeschaft moet worden.

Extra informatie voor degenen die al in bezit zijn van Lifeguard Beach: PVB 3.1, 3.3 en 3.4 zijn geldig voor zowel Lifeguard Beach als Lifeguard Open water. Jullie zouden met het behalen van alleen PVB 3.2 dus ook in bezit komen van het diploma Lifeguard Open Water.

We hopen veel mensen die hun Lifesaver opleiding hebben afgerond te mogen begroeten tijdens onze opleidingsdagen.

Met vriendelijke groet,

Dennis, Wout en Tymo