



## KNBRD-diploma A

De kandidaat moet de leeftijd van 15 jaar hebben bereikt.

Exameneisen:

### A. Theorie:

1. De kandidaat dient de theorie met betrekking tot de handelingen die moeten worden verricht bij het redden van een drenkeling uit binnenwater te beheersen.
2. Bij het afnemen van het examen wordt gebruik gemaakt van een laatst verschenen versie van het examenprotocol, dat de diverse onderdelen van het theorie-examen aangeeft. Bij de onderdelen ligt het accent op de eigen veiligheid zoals: de veiligheid van de redder, zelfredding bij de diverse reddingsacties, etc.  
Jaarlijks per 1 oktober kan het protocol worden aangepast.

### B. Praktijk:

Gekleed uit te voeren:

3. Op het droge de handelingen ter bevrijding uit de enkele polsgreep, de dubbele polsgreep van onderen, de dubbele polsgreep van boven, de voorwaartse omklemming, de achterwaartse omklemming, de borstgreep en de lendengreep kunnen toepassen.
4. Werken met de reddingshaak of de reddingsklos, gevolgd door het op de kant halen van een pseudo-drenkeling.
5. Te water gaan van de bassinrand met de hurksprong en in onmiddellijke aansluiting daarop 20 meter zwemmen in een borstslag\*, daarna duiken en een duikpop, welke zich ongeveer 2 meter onder de oppervlakte van het water bevindt, ophalen en aansluitend de duikpop c.q. een gekleed persoon 10 meter vervoeren in de kopgreep.
6. Te water gaan van de bassinrand met de startsprong, zwemmen naar een geklede pseudo-drenkeling en deze vervoeren over een afstand van telkens 10 meter in respectievelijk de kopgreep, de okselgreep en de schoudergreep en over een afstand van 5 meter in de okselnekgreep.
7. De nodige handelingen ter redding van een gezonken drenkeling bij een verondersteld eenvoudig waterongeval uitvoeren.

Z.O.Z.

8. Te water gaan van de bassinrand met de hurksprong, vervolgens zwemmen in een borstslag\* naar een geklede pseudo-drenkeling en de handelingen ter bevrijding uit de enkele polsgreep, de dubbele polsgreep van onderen, de dubbele polsgreep van boven  
Toepassen daarbij aansluitend telkens 5 meter vervoeren in de houdgreep.

In zwemkleding uit te voeren:

9. Te water gaan van de bassinrand met de startsprong, onmiddellijk gevolgd door 20 meter onderwater zwemmen.

10. Te water gaan van de bassinrand met de hurksprong, vervolgens zwemmen in een borstslag\* naar een in zwemkleding geklede pseudo-drenkeling en achtereenvolgens de handelingen ter bevrijding uit de voorwaartse omklemming, de achterwaartse omklemming, de borstgreep en de lendengreep toepassen, daarbij aansluitend over een afstand van telkens 10 meter vervoeren in respectievelijk de polsgreep, de okselgreep, de schoudergreep en 5 meter in de okselnekgreep.

11. Te water gaan van de bassinrand met de startsprong, onmiddellijk gevolgd door 5 minuten zwemmen in een borstslag\* naar keuze van de kandidaat.

\*Noot:

Tijdens het zwemmen in borstslag moet gezwommen worden in een door de Bond beschreven borstslag-met-het-hoofd-boven-water.

Zie voor kledingseisen het EWR, artikel 2.1.