

RBB Survival 1

Exameneisen versie 2025

Kandidaat moet in het bezit zijn van Afstandsdiploma B.

Zie voor kledingseisen het ER, artikel 2.1.

A: Gekleed uit te voeren:

1. De zwemslagen mogen afgewisseld worden, zolang de genoemde afstand per slag wordt gehaald.
 - a. 250 meter schoolslag
 - b. 200 meter enkelvoudige rugslag
 - c. 150 meter borstcrawl
 - d. 50 meter polocrawl

2. Een pseudo-drenkeling vervoeren over een afstand van
 - a. 12,5 meter kopgreep
 - b. 12,5 meter polsgreep
 - c. 12,5 meter schoudergreep
 - d. 12,5 meter okselgreep

3. Watertrappen
 - a. 2 minuten watertrappen met alleen benen
 - b. Vervolgens drijfmiddel maken van kledingstuk en 2 minuten blijven drijven

B: In zwemkleding uit te voeren:

4. Onderwater onderdelen
 - a. De kandidaat laat zich onderwater zakken en zwemt vervolgens 20 meter onderwater
 - b. Schoolslag terug zwemmen en door middel van een hoekduik, in water van ongeveer 2 meter diepte, een zich op de bodem bevindende pop opduiken (in de houdgreep), deze watertrappend ten minste 60 seconden met het hoofd boven water houden.

5. Een redding met een reddingsmiddel. De examinerator maakt een keuze uit:
 - a. Reddingsbal waarbij de drenkeling 12 meter van de kant af ligt of
 - b. Reddingszak waarbij de drenkeling 12 meter van de kant af ligt of
 - c. Tuigje waarbij de drenkeling 24 meter van de kant af ligt. (Met 3 man, een drenkeling, een zwemmer en een inhaler). De drenkeling hoeft alleen naar de kant gehaald te worden. De redder hoeft niet te melden.

6. Duikringen
 - a. De kandidaat laat zich in het water zakken en duikt met een hoekduik 7 duikringen op van de 10. De duikringen liggen op een diepte van 2 meter, met een onderlinge afstand van 2 meter.
 - b. Daarbij moet de kandidaat door 3 hoepels zwemmen. Deze hoepels hebben een onderlinge afstand van 2,5 meter.

De zwemslagen, bevrijdings- en vervoersgrepen en reddingen dienen gedaan te worden volgens de eisen van de KNBRD.