

BADEREGELN

(für DSA Bronze, Silber, Gold)

- **Mache Dich mit den Regeln zur Selbsthilfe im Wasser für unerwartete Situationen vertraut!**
- **Niemals mit vollem oder ganz leerem Magen baden!**
- **Kühle Dich ab, ehe Du ins Wasser gehst, und verlasse das Wasser sofort, wenn Du frierst!**
- **Als Nichtschwimmer nur bis zur Brust ins Wasser gehen!**
- **Nur springen, wenn das Wasser unter Dir tief genug und frei ist!**
- **Unbekannte Ufer bergen Gefahren!**
- **Meide sumpfige und pflanzendurchwachsene Gewässer!**
- **Schiffahrtswege, Buhnen, Schleusen, Brückenpfeiler und Wehre sind keine Schwimm- und Badezonen!**
- **Bei Gewitter ist Baden lebensgefährlich!**
- **Überschätze im freien Gewässer nicht Kraft und Können!**
- **Luftmatratze, Autoschlauch und Gummitiere sind im Wasser gefährliches Spielzeug!**
- **Schwimmen und Baden an der See ist mit besonderen Gefahren verbunden!**
- **Nimm Rücksicht auf andere Badende, besonders auf Kinder!**
- **Verunreinige das Wasser nicht und verhalte Dich hygienisch!**
- **Ziehe nach dem Baden das Badezeug aus und trockne Dich ab!**
- **Meide zu intensive Sonnenbäder!**
- **Rufe nie um Hilfe, wenn Du nicht wirklich in Gefahr bist, aber hilf anderen, wenn Hilfe Not tut!**