



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.

Die DLRG OG Rösrath e. V. bietet 2018 seinen Mitgliedern die Möglichkeit zum **Deutschen Sportabzeichen** an.

Die eigenen Anforderungen können unter folgendem link individuell abgefragt werden: <https://sportabzeichen.splink.de/>

Alle Teilnehmer müssen vor dem ersten Erwerb die allgemeine Schwimmfertigkeit (ab 12 Jahre 200 m Schwimmen am Stück ohne Unterbrechung in 11 Minuten) nachweisen oder in einem Bereich (Ausdauer oder Schnelligkeit) die Schwimmprüfung ablegen.

Trainings- und Prüfungszeiten: Montag - nach vorheriger Rücksprache -
von 20:00 Uhr bis 20:45 Uhr
In den Jugendgruppen je nach Trainingsplan

Ort: Hallenbad Rösrath, Scharrenbroicher Str. 28
Wassertiefe 1,80 m

Ansprechpartner: Michael Goworek
Kontakt: Michael.Goworek@Roesrath.DLRG.de

Die übrigen Bereiche (Kraft und Koordination) werden von 2. Mai bis September wie folgt trainiert und abgenommen:

Trainings- und Prüfungszeiten: Mittwoch (jeden 1. und 2. im Monat)
von 17.00 Uhr bis 19.00 Uhr

Ort: Schul- und Sportzentrum Freiherr-vom-Stein

Ansprechpartner: Herbert Schallenberg
Kontakt: h.schallenberg@freenet.de