



Deutsche Lebens-Rettungs-  
Gesellschaft e.V.

Die DLRG OG Rösrath e. V. bietet 2019 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 -  
ab 01.04.2019 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](mailto:Michael.Goworek@Roesrath.DLRG.de)

Die übrigen Bereiche (Kraft und Koordination) werden am 8. Mai und 15. Mai 2019 und dann 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](mailto:h.schallenberg@freenet.de)