

## SWIFTWATER AND FLOOD RESCUE TECHNICIAN (SRT)



### I. ZIEL

Dieser international anerkannte Trainingskurs ist für Personen und Gruppen bestimmt, welche Rettungen aus Fließgewässern und bei Überschwemmungen durchführen müssen. Rettungspersonal der Polizei, Feuerwehr und Rettungssanitäter wie auch professionelle Guides kommen bei Notfällen in Fließgewässern schnell in anspruchsvolle Situationen, welche ein fundiertes Wissen und erprobte Handlungsstrategien erfordern. Im Kurs erlernen wir die Grundsätze in Rettungstheorie und Notfallmanagement, präzise und schnelle Lagebeurteilungen und Risikoanalysen und die sichere und effiziente Ausführung von elementaren Rettungstechniken mit und ohne technischem Rettungsgerät. Kursziel ist die Ausbildung von kompetenten Rettern und ein funktionierendes Notfallmanagement auf Fließgewässern und im Wildwasser. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

### II. INHALT

#### 1. Theoretische Teile:

- ✚ Rescue 3 Philosophie
- ✚ Notfallmanagement
- ✚ Hydrologie und Gefahren
- ✚ Persönliche Ausrüstung technisches Hilfsgerät
- ✚ Kommunikation
- ✚ Suchoperationen am und im Wasser
- ✚ Wehre und Stufen
- ✚ Überschwemmungen
- ✚ Auto-Rettungen aus dem Wasser

#### 2. Praktische Teile:

- ✚ Seiltechniken und Knoten
- ✚ Wurfsackrettungen

- ✚ Schwimmtechnik und Wildwasserschwimmen
- ✚ Waten im Fluss
- ✚ Wasserrettungstechniken:
  - ✓ Aktive Rettungen
  - ✓ Seilquerungen und Seildiagonale
  - ✓ Verklemmungen
  - ✓ Flaschenzugsysteme

### III. KURSPROGRAMM:

#### Tag 1:

Zeit	Thema	Art und Ort
0800-0830	Willkommen/Einführung	Theorie, Klassenzimmer
0830-0900	Rescue 3 Philosophie	Theorie, Klassenzimmer
0900-1030	Notfallmanagement	Theorie, Klassenzimmer
1030-1200	Hydrologie und Gefahren	Theorie, Klassenzimmer
1200-1300	Mittagspause	
1300-1330	Persönliche Ausrüstung (PPE)	Theorie, draussen
1330-1400	Einführung Kommunikation	Theorie, draussen
1400-1500	Einführung Wurfsackrettung	Theorie, draussen
1500-1700	Einführung WW-Schwimmtechnik	Praxis, im Wasser
1700-1730	Umziehen, Debriefing	Theorie, draussen

#### Tag 2:

Zeit	Thema	Art und Ort
0800-0830	Fragen und Recap Tag 1	Klassenzimmer
0830-0915	Rettungsmaterial	Theorie, draussen
0915-1000	Seiltechnik: Knoten	Theorie, draussen
1000-1100	Seiltechnik: Fixpunkte, Verankerungen	Theorie, draussen
1100-1200	Seiltechnik: Einführung Flaschenzugsysteme	Theorie, draussen
1200-1300	Mittagspause	
1300-1430	Wurfsackrettung	Praxis, im Wasser
1430-1530	Rettungsschwimmen «Live Bait»	Praxis, im Wasser
1530-1630	Flussquerungstechniken: Waten	Praxis, im Wasser
1630-1700	Umziehen, Debriefing	Theorie, draussen

#### Tag 3:

Zeit	Thema	Art und Ort
0800-0830	Fragen und Recap Tag 2	Klassenzimmer
0830-0900	Medizinische Erwägungen	Theorie, Klassenzimmer
0900-0930	Fahrzeuge im Wasser	Theorie, Klassenzimmer
0930-1045	Einführung Seilquerung/Seildiagonale	Theorie, draussen

1045-1200	Rettungstechnik: Fussverklebungen	Theorie, draussen
1200-1300	Mittagspause	
1300-1500	Seilquerung/Seildiagonale	Praxis, im Wasser
1500-1630	Verklebungen/V-Lower	Praxis, im Wasser
1630-1700	Umziehen, Debriefing	Theorie, draussen

#### Tag 4:

Zeit	Thema	Art und Ort
0800-0830	Fragen und Recap Tag 3	Klassenzimmer
0830-0915	Überschwemmungen (Flood Theory)	Theorie, Klassenzimmer
0915-1000	Suchoperationen (Search and Rescue)	Theorie, Klassenzimmer
1000-1100	Wehre und künstliche Stufen	Theorie, Klassenzimmer
1100-1200	Seiltechnik: Flaschenzugsysteme, T-Method	Theorie, draussen
1200-1300	Mittagspause	
1300-1500	Rettungstechniken mit Booten	Praxis, im Wasser
1500-1600	Rettungs-Szenarien	Praxis, im Wasser
1600-1700	Theorieprüfung	Klassenzimmer
1700-1730	Abschluss und Verabschiedung	Klassenzimmer

## IV. BENÖTIGTE AUSTRÜSTUNG

### **Persönliche Schutzausrüstung (PSA)**

Schwimmweste mit Rettungsgurt (ISO 12402-6)  
 Wasserhelm (EN 1385)  
 Wasserschuhe und Neoprensocken  
 Trockenanzug oder Neoprenanzug (Ganzkörper)  
 Wärmeschutzkleidung (Fleece, Thermounterwäsche,...)  
 Spritz- oder Trockenjacke\*  
 Neoprenhandschuhe und -kappe\*

### **Rettungsausrüstung**

Kappmesser  
 Wurfsack (möglichst zum einen zum Umbinden!)  
 Flipline (Bandschlinge min. 4 m lang und 1 Karabiner)  
 Pfeife (am besten Fox 40)  
 Weitere Karabiner\*  
 Umlenkrolle\*  
 Prussikschlingen\*

*\*optional*

→ Bitte auch Schreibmaterial für die Theorielektionen mitbringen!

Am besten ist es, den Kurs mit dem eigenen Material zu machen, um damit vertraut zu werden. Unten findest du einige Anbieter, wo du bei Bedarf einkaufen kannst. Falls du trotzdem Mietmaterial benötigst, kannst du dies unter untenstehendem Link bei uns reservieren und wir werden es an den Kurs mitnehmen:

[https://sotc.ch/kleidergrossen\\_kurse.html](https://sotc.ch/kleidergrossen_kurse.html)

**Anbieter von Ausrüstung:**

- Decathlon: [www.decathlon.ch](http://www.decathlon.ch)
- Northwest River Supplies (NRS): [www.nrs.com](http://www.nrs.com)
- Bergzeit: [www.bergzeit.ch](http://www.bergzeit.ch)
- Paddlershop: [www.paddlershop.ch](http://www.paddlershop.ch)