

Helferscheinkursinformation für den **Standort Hollabrunn**

Liebe Studierende,

Im Wintersemester 2025/26 bieten wir einen Helferscheinkurs an der PH NÖ Standort Hollabrunn bzw. im Hallenbad Stockerau an. In diesem Rahmen wird es möglich sein, die notwendigen Prüfungskriterien für den Helferausweis zu üben und auch die Prüfung abzulegen.

Die Anmeldung kann bis längstens 10. Oktober über ein online-Anmeldeformular erfolgen:

<https://forms.gle/7wX6YuE3JYF7LjiC6>

Sie erhalten ab 11. Oktober eine Fixplatz- oder Wartelistenplatzinformation.

Der Kurs besteht aus 2 Terminen: Beim theoretischen Termin erhalten Sie Einblicke in den Kursablauf, in die Tätigkeitsfelder des ÖJRK und erlangen die Grundkenntnisse der Befreiungsgriffe. Beim praktischen Termin vermitteln wir Ihnen die Prüfungskriterien, Sie können zu diesem Termin auch gleichzeitig die Prüfung ablegen. Sollte sich im Laufe des Kurses herausstellen, dass noch weiteres Üben notwendig ist, wird ein weiterer Termin – am Standort Baden – mit Ihnen individuell vereinbart.

Termin 1, verpflichtender theoretischer Termin im Lehrsaal 1 der PH NÖ in Hollabrunn, ohne Badekleidung:

- 15.11.2025, 11:00-12:00 – theoretischer Termin im Lehrsaal 1 der PH NÖ in Hollabrunn

Termin 2, verpflichtender praktischer Termin im Hallenbad Stockerau, mit Badekleidung:

- 29.11.2025, 13:00-17:00 – praktischer Termin im Hallenbad Stockerau

Mindestteilnehmerzahl 8 Personen, Höchstteilnehmerzahl 20 Personen Die Reihung der Teilnehmer*innen erfolgt nach dem Zeitpunkt der Anmeldung.

Der Kursbeitrag beträgt 35,- €, er ist beim ersten (theoretischen) Termin zu entrichten. Zusätzlich ist anteilig die Bahnmiene (Kosten ca. 5,- bis 10,- €/Person) sowie der Badeintritt zu bezahlen. Bringen Sie bitte zum ersten Termin auch ein Passfoto (beschriftet mit dem Namen auf der Rückseite) für den Ausweis mit. Eine Schwimmbrille für die Tauchübungen kann in Ausnahmefällen (Kontaktlinsen) gestattet werden; für das Kleiderschwimmen nehmen Sie bitte eine saubere lange Hose sowie ein weißes T-Shirt mit.

Für einen erfolgreichen Kursabschluss sind entsprechende Schwimm-, Tauch- und Sprungfertigkeiten sowie theoretische Kenntnisse Voraussetzung (ein entsprechender Lehrbehelf wird Ihnen noch übermittelt).

Prüfungskriterien:

- 15 min Dauerschwimmen, davon 5 min Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit
- 100 m Schwimmen in Überkleidern
- 15 m Streckentauchen
- Zweimaliges Streckentauchen über 10 m, dabei transportieren eines 5 kg schweren Gewichts
- Einsammeln von 3 Tauchringen bei einem Tauchversuch (10 m², ca. 2 m Tiefe)
- Sprünge vom Startsockel: Kopfsprung, Paketsprung, Schrittsprung

- je 25 m Retten einer etwa gleich schweren Person mit Kopf-, Achsel- und Fesselgriff
- 50 m Transportieren (Ziehen) einer gleich schweren Person
- praktische Ausübung der Befreiungsgriffe: Halsumklammerung von vorne u. hinten, Würgegriffe von vorne und hinten - jeweils an Land und im Wasser
- praktische Ausübung der Bergegriffe "Bergen über den Beckenrand" und "Rautekgriff"
- Kenntnis der Rettungsgeräte
- Kenntnis der Selbstrettung
- Erste Hilfe-Leistung bei Wasserunfällen und praktische Ausführung der Wiederbelebung
- Kenntnisse über Zweck und Organisation des Österreichischen Wasserrettungswesens

Andreas Raab, eh