



Eisen Survival 2

Kledingpakket: Lange broek, shirt met lange mouwen en jas of trui.

Red jezelf - Voortbewegen

Te water gaan met een rol voorover, aansluitend 60 seconden watertrappen, gevolgd door 12,5 meter voetwaarts voortbewegen, gevolgd door 37,5 meter zwemmen met een borstslag met het hoofd boven water, onderbroken door 1 keer over een drijvend voorwerp te klimmen, de proef afronden door op een verhoogde vaste kant klimmen met behulp van een drijvend voorwerp.

Red jezelf en een ander

Vanaf enige hoogte te water gaan met een voetsprong voorwaarts, aansluitend 25 meter naar een buddy zwemmen met een borstslag met het hoofd boven water, gevolgd door al watertrappend de jas uitrekken, aansluitend 25 meter samen met een buddy naar de kant zwemmen, proef afronden door een buddy helpen op de vaste kant te komen.

Kledingpakket: Lange broek, shirt met lange mouwen

Onder water oriënteren

Te water gaan met een kopsprong, aansluitend 9 meter onder water zwemmen, waarbij gelijktijdig 2 voorwerpen op de bodem worden opgedoken, proef afronden door veilig boven water komen in een aangewezen gebied

Uitvoeren van een redding

Vanaf enige hoogte te water gaan met een sprong voorwaarts met materiaal, aansluitend 10 meter zwemmen met materiaal, gevolgd door voorkomen van een omklemming door het aanbieden van het meegenomen materiaal, gevolgd door de drenkeling 10 meter vervoeren met materiaal

Vervoeren

Vanaf enige hoogte en een vaste kant, te water laten zakken, aansluitend een drenkeling 15 meter vervoeren met de kopgreep

Red een ander – Onder water

Te water gaan met een sprong waarbij het hoofd boven water blijft, aansluitend 5 meter zwemmen met een borstslag met het hoofd boven water, gevolgd door hoofdwaarts richting de bodem gaan, gevolgd door een pop opduiken (op minimaal 1,8 meter), vervolgens de pop naar het wateroppervlak brengen en de pop 5 seconden boven water houden

Fun opdracht

Laat de kandidaat de leukste survivalopdracht uitvoeren die je kunt bedenken. Deze mag zowel individueel, met tweetallen als in een groep worden uitgevoerd. De richtlijn voor de duur van de opdracht is 2-3 minut



Kledingeisen:

- Badkleding
- Lange broek,
- shirt met lange mouwen,
- jas of trui

Het is toegestaan, dat kandidaten in plaats van een broek/blouse een jurk met lange mouwen of rok/blouse met lange mouwen dragen. De jurk/rok moet tot aan de enkel reiken.