



SEEPFERDCHEN

1. Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen
2. Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen
aus schulertiefem Wasser



BRONZE

1. Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m
Schwimmen in höchstens 15 Minuten
2. einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche
mit Herausholen eines Gegenstandes
3. Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
4. Kenntnis von [Baderegeln](#)



SILBER

1. Startsprung und mindestens
400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, **davon**
 - a) 300 m in Bauch- und
 - b) 100 m Rückenlage
2. zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche
mit Herausholen eines Gegenstandes
3. 10 m Streckentauchen
4. Sprung aus 3 m Höhe
5. Kenntnis von [Baderegeln](#)



GOLD - Das Deutsche Jugendschwimmabzeichen Gold darf frühestens mit 9 Jahren erworben werden.

1. 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten
2. 50 m Brustschwimmen in höchstens 70 Sekunden
3. 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
oder 50 m Rückenkraultschwimmen
4. 15 m Streckentauchen
5. Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von drei kleinen Tauchringen aus einer Wassertiefe von etwa 2 m innerhalb von 3 Minuten in höchstens 3 Tauchversuchen
6. Sprung aus 3 m Höhe
7. 50 m Transportschwimmen: Schieben **oder** Ziehen
8. Kenntnis von [Baderegeln](#)