



Österreichische Wasserrettung Ortsstelle Linz Plesching / Parkbad

ABC-Ausrüstung

Für den Dienst auf unserem Rettungsboot als Rettungsschwimmer ist die **ABC-Ausrüstung** (Brille, Schnorchel, Flossen) **notwendig und daher verpflichtend** zu besorgen.

Kaufempfehlung: Tauchshop Scubaboard - hier beträgt der Gesamtpreis für gutes Material ca. 70 – 80 EUR. (ÖWR-Mitglieder erhalten 10% Rabatt – bitte unbedingt vorher danach fragen). Wer lieber selbst auf die Pirsch nach Schnäppchen geht, hier einige Voraussetzungen und Tipps für den Kauf.

Der Schnorchel:

max. 35 cm lang

Innendurchmesser ca. 2 bis 2,5 cm

Beim Mundstück **keine** diversen **Ventile** – kosten nur Geld und sind nicht zuverlässig!!!

Auch irgendwelche obskuren Spritzschutz und "Überflutungsverhinderer" am oberen Ende sind nicht zu verwenden.

Beim Schnorchel gilt: je einfacher desto besser (und auch billiger)

Die Farbe spielt eigentlich keine Rolle, wichtig wäre aber eine Signalfarbe am oberen Ende des Schnorchels.



Die Maske

Das Glas der Maske **muss unbedingt** aus **Temperglas** bestehen - Aufdruck "tempered" oder ähnliches – dadurch bricht das Glas seltener und bei einem Bruch entstehen keine gefährlichen Splitter.

Die Maske muss einen **integrierten Nasenerker** für den Druckausgleich und sollte ein doppeltes Dichtband haben.

Das Kopfband sollte längenverstellbar und eventuell geteilt sein.

Um den guten Sitz einer Maske zu prüfen, könnt Ihr folgendes probieren:

Maske ans Gesicht halten (nicht überstreifen) und leicht durch die Nase einatmen. (Unterdruck erzeugen) - Die Maske loslassen und nach unten schauen – durch den leichten Unterdruck sollte die Maske sitzen bleiben und nicht herunterfallen.



Die Flossen

Für den Dienst am See und Training im Schwimmbad sind die Schnorchelflossen optimal – diese sind an der Ferse geschlossen. (Im Gegensatz zu Geräteflossen, die hinten ein eigenes Fersenband für den Verschluss haben)

Die Härte der Flosse sollte im mittleren Bereich liegen – je härter die Flosse desto größer ist zwar der Vorschub, aber auch der nötige Kraftaufwand - Auf alle Fälle sollten Verstärkungen im Flossenblatt dafür sorgen, dass die Flosse nicht wie eine nasse Socke herunterhängt.

Ein Beispiel für ein ziemlich gut geeignete Flosse wäre die Mares Avanti um ca. 37,- EUR beim Scubaboard.



Für weitere Information stehen wir Dir gerne zur Verfügung

Martin Eberl
martin.eberl@ooe.owr.at
+43 681 1053 1144

Andre Müller
andre.mueller@ooe.owr.at
+43 (664) 451 40 87