

# Intyg förkunskapskrav SLS Havslivräddarutbildning

Namn: \_\_\_\_\_

Personnr: \_\_\_\_\_



## Guldbojen

- Simma 100 meter valfritt simsätt följt av 50 meter simning med livboj följt av 50 meter bogsering av jämnstor kamrat i livboj. Maxtid 8 minuter.
- Start i vattnet för 25 meter simning med livboj följt av upptagning av livräddningsdocka eller jämnstor person från 3-4 meters djup följt av 25 meters bogsering av kamrat i livboj. Maxtid 1 minut 50 sekunder. Vid bassäng grundare än angivet djup ska upptagningen föregås av 5 meter längddykning.
- Upptagning av person på bassängkant, brygga eller strand.
- Kunna mun till mun andning, larmrutiner samt stabilt sidoläge.

Härmed intygas att ovanstående person har klarat simkunnighetskraven enligt Guldbojen.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Ort

\_\_\_\_\_  
Underskrift intygsgivare

\_\_\_\_\_  
Namnförtydligande

\_\_\_\_\_  
Intygsgivande anläggning

\_\_\_\_\_  
Intygsgivares telefonnummer

\_\_\_\_\_  
Plats för stämpel



Svenska  
Livräddningssällskapet