

Baderegeln

- 1.) Mache Dich mit den Regeln zur Selbsthilfe im Wasser für unerwartete Situationen vertraut (Krampf, Strudel, Strömungen usw.)!
- 2.) Niemals mit vollem oder ganz leerem Magen baden!
- 3.) Kühle dich ab, ehe Du ins Wasser gehst und verlasse das Wasser sofort, wenn Du frierst!
- 4.) Als Nichtschwimmer nur bis zur Brust ins Wasser gehen!
- 5.) Nur springen, wenn das Wasser unter Dir tief genug und frei ist!
- 6.) Unbekannte Ufer bergen Gefahren!
- 7.) Meide sumpfige und pflanzendurchwachsene Gewässer!
- 8.) Schifffahrtswege, Buhnen, Schleusen, Brückenpfeiler und Wehre sind keine Schwimm- und Badezonen!
- 9.) Bei Gewitter ist Baden Lebensgefährlich!
- 10.) Überschätze im freien Gewässer nicht Kraft und Können!
- 11.) Luftmatratze, Autoschlauch und Gummitiere sind im Wasser gefährliches Spielzeug!
- 12.) Schwimmen und Baden an der Meeresküste ist mit besonderen Gefahren verbunden: Frage zuerst Ortskundige, bevor Du ins Wasser gehst!
- 13.) Nimm Rücksicht auf Badende, besonders auf Kinder!
- 14.) Verunreinige das Wasser nicht und verhalte Dich hygienisch!
- 15.) Ziehe nach dem Baden das Badezeug aus und trockne Dich ab!
- 16.) Meide zu intensive Sonnenbäder!
- 17.) Rufe nie um Hilfe, wenn Du nicht wirklich in Gefahr bist; aber hilf anderen, wenn Hilfe nottut!

Verbände:

BDS	Bundesverband Deutscher Schwimmmeister e. V.
DLRG	Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V.
DRK	Deutsches Rotes Kreuz e. V.
DSV	Deutscher Schwimm-Verband e. V.
DTB	Deutscher Turnerbund
VDST	Verband Deutscher Sporttaucher e. V.