

## **I. 25 m. Rescate del maniquí con vestimenta propia del socorrista:**

Posición de partida: de pie con la vestimenta propia del socorrista.

Después de la señal: entrar al agua sin hundir la cabeza, realizar 12,5 m. de nado crol con cabeza fuera del agua, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 12,5 m. sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

✓ **Tiempo límite: 0' 45" 00.**

## **II. 50 m. Rescate del maniquí:**

Posición de partida: de pie.

Después de la señal: entrar en el agua; realizar 25 m. nado libre, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 25 m. sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

✓ **Tiempo límite: 1' 10" 00.**

## **III. 100 m. Rescate de maniquí con aletas:**

Posición de partida: de pie, con aletas en la mano.

Después de la señal: colocarse las aletas, entrar en el agua, realizar 50 m. de nado libre con aletas, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 50 m. sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

✓ **Tiempo límite: 2' 00" 00.**

## **IV. 75 m. Combinada con desplazamiento terrestre y material de salvamento:**

Posición de partida: de pie, con bañador, camiseta de manga corta y chanclas.

Después de la señal: realizar 12,5 m. en desplazamiento terrestre, recoger el material de salvamento determinado previamente (tubo de rescate), que estará colgado a una altura "normal" (entre 1,5 - 2 m.), o bien colocado verticalmente en el suelo, se realizarán los restantes 12,5 m. de desplazamiento terrestre con material, entrar en el agua de FORMA CORRECTA con el mismo y realizar 25 m. de nado libre, recoger CORRECTAMENTE a una persona que finge inconsciencia (en la superficie y de espaldas al alumno), y remolcarla 25 m. utilizando el material de forma correcta, sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

✓ **Tiempo límite: 1' 30" 00.**

## **V. Rescate con material de un accidentado consciente en el espacio acuático natural:**

Posición de partida: de pie, fuera del agua, con material de rescate determinado previamente (tubo de rescate) y con aletas en la mano.

Después de la señal: realizar 30 m. en desplazamiento terrestre con el material, entrar en el agua de forma correcta y colocarse las aletas, realizar 75 m. (aproximadamente) en nado libre con una técnica que permita la observación continuada del accidentado, que se encuentra en un lugar donde no hace pie, facilitar la recogida del material de rescate al accidentado sin que éste pueda llegar al socorrista, trasladarle de forma correcta sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias hasta la orilla y ayudarlo a salir del agua.

## **VI. Rescate con material de un accidentado inconsciente en el espacio acuático natural:**

Posición de partida: de pie, fuera del agua, con material de rescate determinado previamente (tubo de rescate) y con aletas en la mano.

Después de la señal: realizar 30 m. en desplazamiento terrestre con el material, entrar en el agua de forma correcta y colocarse las aletas, realizar 50 m. (aproximadamente) en nado libre hasta el accidentado, asegurar el control de la persona que simula inconsciencia con el material de rescate, trasladarla de forma controlada sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias hasta la orilla, realizar su extracción de forma segura y rápida.