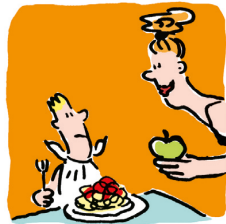


DIE BADEREGELN



1. Mache dich mit den Regeln zur Selbsthilfe im Wasser für unerwartete Situationen vertraut (Krampf, Strudel, Stömungen, usw.)



2. Gehe 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. Wenn du noch ein Nichtschwimmer bist, gehe nur bis zur Brust ins Wasser.



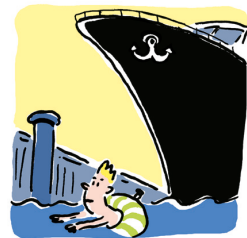
5. Springe nur, wenn das Wasser unter dir tief genug und frei ist.



6. Unbekannte Ufer bergen Gefahren!



7. Meide sumpfige und pflanzendurchwachsene Gewässer.



8. Schifffahrtswege, Buhnen, Schleusen, Brückenpfeiler und Wehre sind keine Schwimm- und Badezone.



9. Tauche andere nicht unter!



10. Bei Gewitter ist baden lebensgefährlich!



11. Überschätze nicht deine Kraft und Können.



12. Luftmatratzen, Autoschläuche und Gummitiere sind im Wasser gefährliches Spielzeug.



13. Schwimmen und Baden an der Meeresküste ist mit besonderen Gefahren verbunden: Frage zuerst Ortskundige, bevor du ins Wasser gehst.



14. Nimm Rücksicht auf andere Badegäste, besonders Kinder.



15. Verunreinige das Wasser nicht und verhalte dich hygienisch.



16. Ziehe nach dem Baden das Badezeug aus und trockne dich ab.



17. Meide zu intensive Sonnenbäder.



18. Rufe nie um Hilfe, wenn du nicht wirklich in Gefahr bist; aber hilf anderen, wenn Hilfe not tut.