

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1	Introductie	11
1.1	Inleiding	11
1.2	Doelstellingen	12
1.3	Examen zwemmend redden voor zwembaden	13
Hoofdstuk 2	Drenkelingen in zwembaden	17
2.1	Inleiding	17
2.2	Reddingen vanaf de kant: 'droge reddingen'	19
2.3	Reddingen te water: 'natte reddingen'	22
2.4	Rug- en nekletsel	30
2.5	Nazorg	38
Hoofdstuk 3	Begrippen	41
Hoofdstuk 4	Stappenplan voor het uitvoeren van een reddingsactie	43
4.1	Inleiding	43
4.2	Stappenplan voor het uitvoeren van een reddingsactie	44