



Ihre Rettungsschwimmer



SLRG BERN

Bulletin 2/2016





PERSONLICHE
WERTE
VALEURS
PERSONNELLES

2502 BIEL/BIENNE

Nidaugasse 70 . Rue de Nidau 70

032 323 87 23 . spoerrioptik.ch

SPORRI OPTIK

**Hotel
Restaurant
Theatersaal
National the club**

National
■ ■ ■ ■ ■ BERN



Nach dem Schwimmen ☒ stilvoll geniessen

☒ ffnungszeiten Montag bis Freitag 06:30 ☒23:30 Uhr

Samstag bei ☒ffentlichen Veranstaltungen im Theatersaal 18:00 ☒23:30 Uhr

Telefon 031 552 15 15, www.nationalbern.ch



Inhaltsverzeichnis

- 2 SLRG Schweiz
- 3 Jugend
- 4–5 Wettkampfteam
- 6 Kurse
- 7 Prävention/Sicherungsdienst
- 8 Merchandising
- 9 Gemeinschaftsevents

Editorial

Vielen Dank für das zahlreiche, positive und konstruktive Feedback mit wertvollen Inputs zum neuen Vereinsheft.

In dieser Ausgabe findet Ihr Beiträge zu den zahlreichen Aktivitäten während den Sommermonaten. Hierzu gehören selbstverständlich die Resultate zu den kürzlich ausgeführten Wettkämpfen, Stimmungsbilder vom Jubiläumsanlass aber auch einen Einblick in unser Freiwassertraining. Sportlicher Höhepunkt in dieser Saison war sicher die Teilnahme an den Schweizermeisterschaften sowie an den Weltmeisterschaften im Rettungsschwimmen in Holland.

Die SLRG bewegt sich vorwärts. Neue Erkenntnisse haben zu einer Umstrukturierung des Kurswesens geführt. Nach fünf Jahren

ist eine Standortbestimmung erfolgt, daraus wurde ein Massnahmenpaket zugunsten der Zukunft gebündelt. Weitere Bereiche werden bald folgen, überprüft und bei Bedarf auch neu ausgerichtet. Dies hat selbstverständlich auch Auswirkungen auf unsere Arbeit in der Sektion.

Weiter findet ihr eine Vorschau auf die kommenden Anlässe und anstehenden Sicherungsdienste wie das Zibeleschwümmen.

Ich wünsche euch allen eine spannende Lektüre.

Sportliche Grüsse,

Bernhard Fleuti
Präsident SLRG Bern

Impressum

Verantwortlich:

SLRG Sektion Bern

Redaktionsleitung:

André Hofer, Antonia Kellner

Bildredaktionsleitung:

Salome Oeri

Redaktionsteam:

AK Antonia Kellner
BF Bernhard Fleuti
FN Felix Neidhart
GF Gabriel Favez
LB Lisa Balmer
LG Lisa Gall
MH Max Haller
TA Tim Arni
TW Thomas Wälti

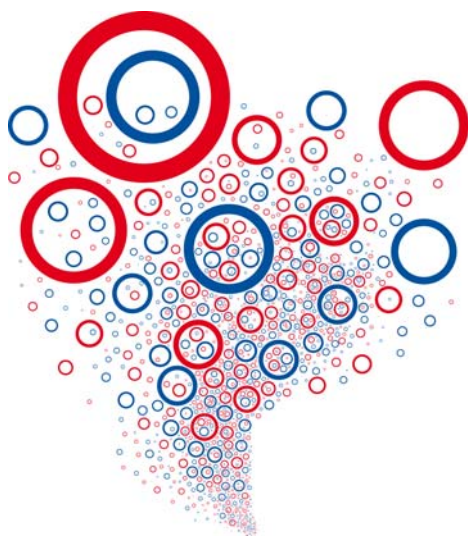
Grafik:

Jeannette Hegyi, André Hofer

Anzeigen:

André Hofer: as.hofer@bluewin.ch

SLRG Schweiz



**Freiwillig.
Sportlich.
Engagiert.**

www.slrq.ch

Mit mehr Sicherheit mehr Wasserspass

Nach der Restrukturierung des Kurswesens hat die SLRG auch andere Bereiche genauer unter die Lupe genommen und weiterentwickelt. Dank dem Aufstocken der Ressourcen in der Geschäftsstelle, wurde es möglich, an wichtigen Themen intensiv weiterzuarbeiten. In mehreren Fachgruppen wurde nachhaltig an der weiteren Ausrichtung der SLRG Schweiz gearbeitet.

Die Prävention und Aufklärung der Öffentlichkeit nimmt einen grossen Platz ein. Mit verschiedenen Kampagnen werden unsere Baderegeln in erfrischend anderer Form vermittelt – zum Beispiel mit der Aussage «Mit leichten, frischen Sommerrezepten für warme Tage müssen wir weder mit vollem noch mit ganz leerem Magen schwimmen gehen». Die Übersetzung der Baderegeln in weitere Sprachen wurde ausgebaut. Flyer wurden in Fremdsprachen, mit Verhaltensregeln für den Spass am und im Wasser, erstellt und breit gestreut. Ähnliche Projekte laufen auch in den Sektionen, so auch in

Bern, in Zusammenarbeit mit dem Sportamt. Bei der SLRG Bern zeigt sich dies mittels der Mitarbeit in der Kampagne «Aare-you-safe», welche nächstes Jahr wieder aufgenommen wird.

Wöchentlich absolvieren SLRG'ler Trainings um fit zu bleiben, um Einsätze an Sicherheitsdiensten zu gewährleisten oder um sich an Wettkämpfen mit anderen Sektionen zu messen. Der Rettungssport ist in der Schweiz nur einem kleinen Kreis bekannt und wird deshalb neu strukturiert. So werden zum Beispiel die Pool-Wettkämpfe neu primär im Winter ausgerichtet und im Sommer im Freiwasser. Eine gute Gelegenheit, unser Anliegen verständlich der Öffentlichkeit zu präsentieren, die nötige Unterstützung zu erhalten und den Jugendlichen die Attraktivität der SLRG erlebbar zu machen.

Die SLRG macht sich stark für die Zukunft!

BF

660 Wasserratten.

132 Sportarten.

Eine Bank.

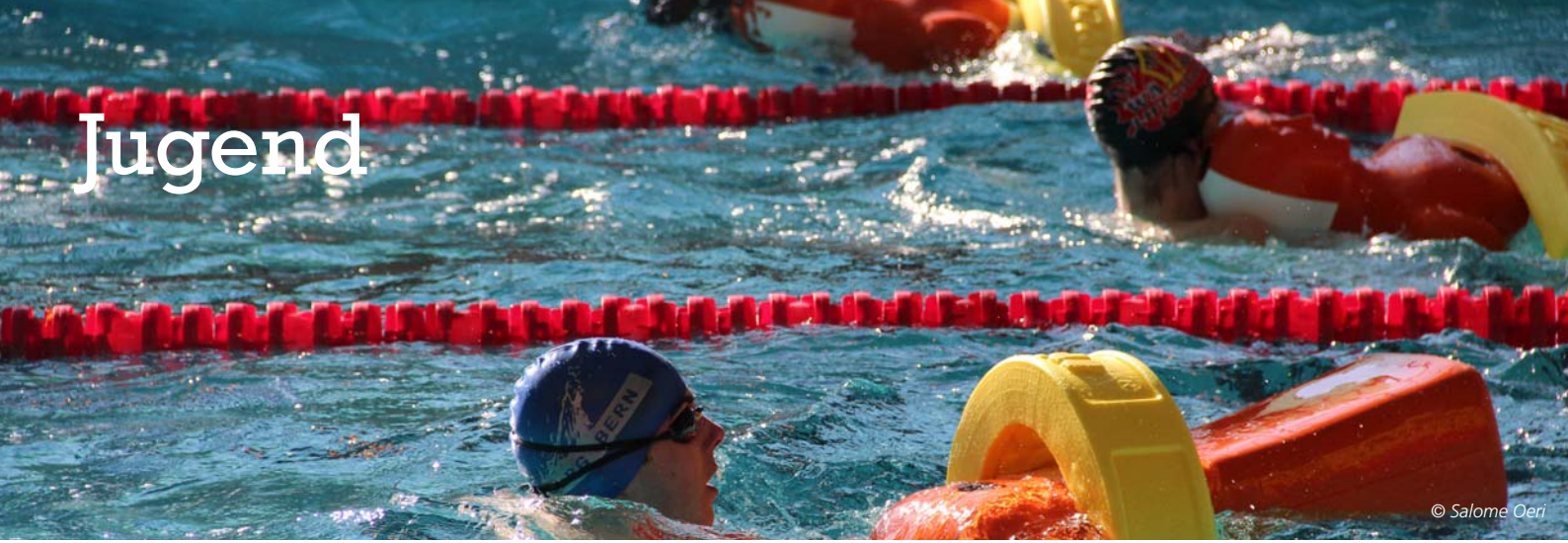


BEKB | BCBE

F r d s L b e.

Ja gärn!

Jugend



© Salome Oeri

Wettkampf in Lörrach (D) – 19.11.2016

Wie jedes Jahr im November reisen wir nach Lörrach um am internationalen Rettungsvergleichswettkampf teilzunehmen. An diesem Wettkampf starten sowohl die Jugend-, wie auch die Erwachsenenteams in vier verschiedenen Disziplinen.

Speziell an diesem Wettkampf ist, dass bei der Puppenstaffel mit halbvollen Puppen geschwommen wird, wodurch sich der Puppenkopf schwerer über Wasser halten lässt. Im Weiteren zieht, bei der deutschen Rettungsleinenstaffel, der Retter den Schwimmer alleine über 25 Meter zurück.

Dieser Wettkampf ist für EinsteigerInnen wie auch für wettkämpferprobte SchwimmerInnen geeignet, da es viele verschiedene, geschlechtergetrennte Alterskategorien gibt.

TA



© Tim Arni

Interview mit Silvan Stucki (Jhg. 2003)

Was gefällt dir am besten am Training?

Am liebsten habe ich das Mittwochstraining. Vor dem Schwimmen trainieren wir eine Stunde in der Turnhalle. Dabei sind besonders das traditionelle «Sitzball» zum Aufwärmen und die verschiedenen Kraftparcours lustig. Nach dem Turnen geht's ins Wasser.

Regionale Jugendwettkämpfe Nordwest in Aarberg

Am Samstag, dem 11. Juni 2016, organisierte die Sektion Lyss die diesjährige «Jugendregio». Diese Meisterschaften finden alle zwei Jahre abwechselnd mit den Jugend-Schweizermeisterschaften der SLRG statt. Am frühen Morgen reisten wir zusammen mit der Sektion Ostermundigen-Stettlen nach Aarberg. Trotz des regnerischen Wetters und kalten Wassers, zeigte die Berner Jugend

hervorragende Leistungen. Die jungen Damen erkämpften sich in ihrer Kategorie den 2. Platz. In der Kategorie der unter 13-jährigen konnten sich unsere Jüngsten, trotz Strafpunkte in der Leinenstaffel, den 3. Platz sichern.

Zum Abschluss war uns ein «Plauschwettkampf», in Form einer Rutschbahnstaffel, bei nun sonnigem Wetter vergönnt.

TA

Agenda

Datum Informationen zum Anlass

| | |
|--------|----------------------------|
| 12.11. | Wettkampf Oberhofen (Thun) |
| 19.11. | Wettkampf Lörrach (D) |
| 27.11. | Zibeleschwümme |
| 03.12. | Chlousehöck |
| 07.01. | Jugendwettkampf Sumiswald |
| 18.03. | Städtewettkampf |

Jugendtraining

Das **Jugendtraining** findet jeweils am
– Mittwoch (19.00–21.00 Uhr)
– Freitag (18.00–19.00 Uhr)
im Hallenbad Weyermannshaus statt.
Interessiert? Dann melde dich unter:
slrgbernjugend@gmail.com



© Dominic Brönimann

Wettkampfteam



© André Hofer

Die diesjährigen Staffel-SM im Pool fanden vom 20.–21. August im Centro Sportivo in Tenero, direkt am Lago Maggiore, statt. Organisator der diesjährigen SM war zum ersten Mal die SLRG Schweiz.

Schweizermeisterschaften in Tenero

Gut organisiert und mit attraktivem Rahmenprogramm fanden nebst sieben Staffeldisziplinen eine Demo im Open Water am Strand statt.

Die Disziplin «Rettungsstaffel» löst neu die Rettungsbrettstaffel ab, dies in Anlehnung an die internationale Einzeldisziplin des Superlifesaver (200 m). Diese neue Disziplin barg aufgrund der technischen Feinheiten eine besondere Herausforderung für die Mannschaften.

Die SLRG Bern darf auf eine erfolgreiche SM zurückblicken. Bei 49 Teilnehmenden Sektionen, 64 Damenteam und 69 Herrenteam widerspiegeln die Resultate die willkommenen «Früchte» der intensiven Trainings:

Damen 1: 10. Rang
Damen 2: 14. Rang
Herren: 4. Rang
Gesamt-Sektionenwertung: 4. Rang

Wir freuen uns schon heute auf die Schweizermeisterschaften 2017 in Payerne (VD). TW



© André Hofer

World Championship Lifesaving 2016

Während drei Wochen kämpften in Holland Rettungsschwimmer aus aller Welt um den Weltmeistertitel. Die SLRG Bern war mit einem Masterteam und einem fünfköpfigen Open-Herrenteam vertreten.

Dieses Jahr massen sich aus weltweit 218 Clubs 1050 Masters mit 6251 Starts.

7. Schlussrang sichern. Bernhard Fleuti erreichte in derselben Disziplin, jedoch in der Altersgruppe 55–59, den Schlussrang 18.

Für das junge Herrenteam starteten die sechs Wettkampftage zwei Wochen später. Auch die jungen Berner konnten am Strand und im Meer das harte Training in hervor-

kämpfe im «Zwemstadion» zu bestreiten. Neben etlichen Bestzeiten in den Einzeldisziplinen, starteten die Berner zum ersten Mal auch in den Pool-Mannschaftsdisziplinen. Aufgrund eines verletzten Teammitglieds musste allerdings in einer ungewohnten Formation geschwommen werden.

Wir danken den Organisatoren für diesen tollen Wettkampf, der SLRG Bern für die Unterstützung und den Trainern für die tolle Betreuung und Vorbereitungsarbeiten. TW

Weitere News und Fotos zu den Wettkämpfen unter: slrg.ch/bern & facebook.com/slrgbern



© SLRG Bern

Team Masters



© SLRG Bern

Team Interclub Open

Anfangs September startete die Masterdelegation, um während vier Tagen in Eindhoven ihr Können im Pool und danach in Noordwijk im Meer zu zeigen. In der Altersgruppe 40–44 konnte sich André Hofer in der Disziplin «100 m Manikin Carry with Fins» den

gungende Wettkampfleistungen umsetzen. Eine besondere Leistung gelang Tim Arni mit dem 4. Schlussrang im 2 Kilometer «Beach Run». Nach drei spannenden und sonnigen Tagen am Strand, wechselte das junge Team nach Eindhoven, um dort die Poolwett-

Agenda

| Datum | Anlass |
|--------------|--|
| 19.11.16 | Wettkampf Lörrach (Deutschland) loerrach.dlrg.de |
| 18.03.17 | Städtewettkampf Bern slrg.ch |
| 04.02.17 | Colmar Cup (Frankreich) colmarcup.net |
| 02.–05.06.17 | Trainingslager Langnau slrg.ch |

Freiwassertraining

Spätestens die jährliche Revision des Hallenbades im Weyermannshaus ist die Gelegenheit, unser Wissen als Rettungsschwimmer auch im Freiwasser anzuwenden.

Unser erster Trainingstreffpunkt war das Marzili und damit natürlich die Aare. Bei knapp 20°C Wassertemperatur durchquerten wir in einer Übungsaktion den Fluss, retteten uns gegenseitig und lernten eigentlich uns vertraute Stellen aus einer anderen Sicht kennen.

Eine Woche später gab es ein Spezialtraining mit einer Einführung in die Geräte Surfski und Rescueboard. Nach einer kurzen Instruktion, lernten die Anfänger rasch und machten wertvolle Erfahrungen, die Gegebenheiten des fließenden Wassers richtig einschätzen zu können.



© André Hofer

Das dritte Training hatte uns schlechtes Wetter und damit erschwerte Bedingungen beschert. Das Risiko beim Freiwasserschwimmen war dem entsprechend hoch und zugleich lehrreich.

Neben diesen intensiven Trainings hat eine kleine Gruppe von Athleten die ganze

Saison durch zweimal wöchentlich im Freiwasser trainiert. Zwischen Stauwehr Mühleberg und Halenbrücke erlebten wir viele schöne Stunden auf dem Wohlensee und vergossen manche Schweißperle.

BF

Restaurant Tea Room Blumenfeld



Neues Lieferserviceangebot!

Unsere frisch zubereiteten Gerichte können Sie nun auch bequem zu Ihnen nach Hause bestellen.

Sie finden unser gutbürgerliches Speisenangebot auf der Website des Restaurant-Lieferservices Mosi:

www.mosi.ch

Postleitzahl eingeben

Restaurant Blumenfeld anklicken

Lieblingsgericht auswählen...und in Kürze zu Hause geniessen!

Wir freuen uns über Ihre Bestellung!

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 06:00 Uhr bis 23:00 Uhr

Samstag und Sonntag Geschlossen

Susanna + Stephan Joss-Fabi
Murtenstrasse 265 / 3027 Bern

Tel: 031 / 994 16 00
www.blumenfeld.ch

TIP TO TAIL

BOARDER'S CHOICE - BERN
www.tiptotail.ch

Dein Shop für:

Stand up Paddling Surf- & Beachwear



Speichergasse 35
3011 Bern
info@tiptotail.ch
031/351'89'89

Partner von:
aare-sup.ch



Kurse

Teilnehmer Erfahrungs- bericht

(Nathalie Neeser)



© Nathalie Neeser

«Durch meine Tätigkeit als Schwimminstruktorin und Bademeisterin im Raum Biel kam ich auf die Idee, mal in eine andere Art Kurs hinein zu schauen und besuchte das Modul Fluss bei der SLRG Sektion Bern. Die Atmosphäre im Kurs war trotz schlechtem Wetter sehr angenehm und ich habe mich wohl und ernst genommen gefühlt. Nebst den verschiedenen Rettungsübungen hatte es im Verlauf des Kurstages für Fragen und Inputs immer wieder Platz. Den Kurs empfand ich als eine Bereicherung und werde ihn jederzeit weiterempfehlen!»

Agenda

| Modul | Tag | Zeit | Datum | Ort | *Preis CHF |
|---------------------|-----|-------------|-------------------|---------------------|------------|
| **Brevet Basis Pool | Do | 19:00–21:00 | 01.12.–22.12.2016 | HB Hirschengraben | CHF 150.– |
| **Brevet Basis Pool | Do | 19:00–21:00 | 12.01.–02.02.2017 | HB Hirschengraben | CHF 150.– |
| Brevet Plus Pool | Fr | 19:00–21:00 | 04.11.–25.11.2016 | HB Hirschengraben | CHF 150.– |
| Brevet Plus Pool | Do | 19:00–21:00 | 02.03.–23.03.2017 | HB Hirschengraben | CHF 150.– |
| **BLS-AED | Mo | 19:00–22:00 | 17.10.+24.10.2016 | Sporthalle Wankdorf | CHF 150.– |
| BLS-AED | Mo | 19:00–22:00 | 13.02.+20.02.2017 | Sporthalle Wankdorf | CHF 150.– |

**ausgebucht

Wiederholungskurse

| WK | Tag | Zeit | Datum | Ort | *Preis CHF |
|------------------------|-----|-------------|------------|---------------------|------------|
| WK Pool (Basis/Plus) * | Do | 18:45–21:00 | 10.11.2016 | HB Hirschengraben | CHF 60.– |
| WK Pool (Basis/Plus) * | Sa | 13:45–16:00 | 19.11.2016 | HB Hirschengraben | CHF 60.– |
| WK Pool (Basis/Plus) | Do | 18:45–21:00 | 24.11.2016 | HB Weyermannshaus | CHF 60.– |
| WK BLS-AED | Mo | 19:00–22:00 | 31.10.2016 | Sporthalle Wankdorf | CHF 70.– |
| WK BLS-AED * | Mo | 19:00–22:00 | 07.11.2016 | Sporthalle Wankdorf | CHF 70.– |
| WK BLS-AED * | Sa | 08:30–11:30 | 19.11.2016 | Sporthalle Wankdorf | CHF 70.– |

*Inkl. Kursmaterial und Ausweis, exkl. Eintritt, Kurspreisänderungen vorbehalten.

Kursbedingungen

| | |
|-------------------|---|
| Brevet Basis Pool | vollendetes 12. Lebensjahr, 100 m Freistil in Brustlage unter 3 min., abtauchen auf 4 m |
| Brevet Plus Pool | Brevet Basis Pool, bestandener CPR oder BLS-AED, vollendetes 14. Lebensjahr, 200 m Freistil in Brustlage unter 5 min., 15 m Streckentauchen |
| BLS-AED Grundkurs | vollendetes 14. Lebensjahr |

Elektronische Anmeldung unter www.slr.ch/bern benutzen.

Freiwasserkurse 25.6.16–3.7.16



© Salome Oeri

Vor den Sommerferien führten Freiwasserexperten der SLRG Bern die immer gut ausgebuchten See- und Fluss-Kurse durch. Jeweils am Samstag fanden die See- und am Sonntag die Fluss-Kurse statt.

Die Teilnehmenden konnten in diesen Kursen das richtige Verhalten an und im Freige-wässer erlernen. So zum Beispiel, wie eine See- oder Fluss-Aktivität korrekt geplant wird, auf welche Begebenheiten geachtet werden muss und wie im Notfall zu reagieren ist.

Trotz kühlen Temperaturen absolvierten ausnahmslos alle Teilnehmenden, teils in Neoprenanzügen, die Kurstage tapfer und wurden am Ende mit dem Brevet belohnt.

LB

Prävention / Sicherheitsdienst



© Bernhard Marbach

Armadacup



© Bernhard Marbach

Durch seine Einzigartigkeit lockte der Armadacup Ende Oktober hunderte Ruderer und Paddler aus der ganzen Welt an. Die Sportler

massen sich beim Drachenbootfahren, Skiff, C-Gig und K4. Damit sich die Sportler mit 100% auf die sportliche Leistung konzentrieren konnten, kümmerten sich auf dem Wohlensee die verschiedenen Wasserrettungs- und Blaulichtsorganisationen zusammen um die Sicherheit. Die SLRG Bern stellte Rettungsschwimmer, welche Hand in Hand mit dem Seerettungsdienst Thunersee zusammen arbeiteten. Die Seepolizei Bern übernahm die Koordination unter den Blaulichtsorganisationen.

DF

Monsteraareböötle

Nur per Zufall hat die SLRG Bern aus der Presse von dem zwischen Thun und Bern spontan geplanten Aare-Event «Monsteraareböötle» erfahren. Via Facebook war zu dieser risikoreichen «Plauschfahrt» aufgerufen worden – schon im Vorfeld bekundeten über tausend Personen Interesse an der Bootsfahrt. Die Präventionsverantwortlichen der

Sektion SLRG Bern konnten einen Anlass solchen Ausmasses ohne genügendes Sicherheitsdispositiv und die entsprechenden Bewilligungen nicht gutheissen. Der Event fand ohne Schutzmassnahmen statt – zum Glück der Teilnehmenden und Organisatoren, fanden nur kleinere Zwischenfälle statt.

DF

Zibele-schwümme



Das 30. Zibelechwümme findet am Sonntag, 27. November 2016, beim Schönausteg in Bern statt. Damit wir den alljährlichen Clubanlass für die Aarebegeisterten, welche übrigens aus der ganzen Schweiz und den Nachbarnländern anreisen, sicher durchführen können, benötigen wir noch Helfer. Es werden Flussrettungsschwimmer sowie allgemeine Helfer benötigt.

Wenn du interessiert bist, diesen Anlass zu unterstützen und einen tollen Schwumm in der Aare zu ermöglichen, dann melde dich bitte bis am 15. November bei Daniel Fleuti, Mobile 079 365 79 32. Merci!

DF

Ertrinkungsstatistik 2016

Die Badesaison 2016 ist vorüber. Leider sind dieses Jahr bereits 49 Personen ertrunken. Darunter sind 41 Männer, vier Frauen und vier Kinder. 47 der Todesfälle ereigneten sich in den offenen Gewässern (95% aller Unfälle). In diesen verunfallten 24 Menschen in Flüssen und 23 in Seen (wovon drei Fälle beim Tauchen geschahen). Trotz intensiven Kampagnen sind auch in der Aare bei Bern zwei Männer in der Aare ertrunken. Ein Ansporn für uns daran zu bleiben.

Quelle: SLRG Schweiz

Merchandising

Modisches für die kalte Jahreszeit

Dank unserem Bekleidungspartner, der tinoatrade AG, sind wir auch für die kommenden Wintermonate hervorragend ausgerüstet.

Unter <https://slrgbern.tinoashop.ch> können Vereinsartikel erworben werden. Mitglieder der SLRG Bern kommen in den Genuss eines erweiterten und verbilligten Sortiments.

TW



Gemeinschaftsevents



© SLRG Bern

Jubiläum der SLRG Bern

Am Nachmittag des 18. Juni trafen sich rund 40 Mitglieder der SLRG Bern in Riedbach um sich wie zu Cesars, Asterix und Obelix Zeiten zu messen. In vier Teams wurden die Disziplinen «Obelix der Wildschwein-träger», «Katapult schiessen», «Gallier-Wippe», «Hinkelstein Transport», «Häuptling-Stafette», «Fische werfen», «Römerkegeln» und «wie gut kennen Sie Asterix?» absolviert. Dabei wurde in farbigen Obelixhosen der Kampfgeist geweckt und sehr viel gelacht. Am Ende gewann das Team Idefix und konnte sich am Geschenkkorb bedienen.

Wie es sich für echte Gallier gehört gab es nach dem (Wett)Kampf ein Festessen. Es gab zwar keine ganze Wildschweine, dafür ein reichhaltiges Salat- und Grillbuffet. Nebst gemütlichen Gesprächen anbot sich für die jüngste Generation auch noch die Gelegenheit um die verbliebene Energie rauszulassen – dabei änderte auch der zwischenzeitlich angekommene Regen nicht. Vielen herzlichen Dank an alle Helferinnen und Helfer, die diesen Anlass mitgetragen haben!

LG



© Salome Oeri

Gallischer Wildschwein Parcours

Einladung Chlousehöck 2016

Liebe MitschwimmerInnen

Am 3. Dezember ist es wieder soweit! Gerne lade ich euch im Namen der SLRG Sektion Bern nach Bremgarten zum traditionellen Chlousehöck ein. Nach gemütlichem Spaziergang an die Aare werden wir im Pfadiheim ein Fondue geniessen dürfen. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt, da der Raum nur Platz für 30 Personen bietet.

Bei Interesse bitte eine kurze Nachricht mit Name, Vorname sowie Jahrgang – auch der Begleitperson(en) – an Lisa Gall: Mobile **079 412 25 07** oder E-Mail **lisa.gall@bluewin.ch**

Anmeldeschluss ist der 22.11.2016.

Ich freue mich auf einen geselligen und gemütlichen Abend,

Lisa Gall, SLRG Bern

Hier noch einige Eckdaten:

Wann: Samstag, 3. Dezember 2016
Treffpunkt: 18:02 Uhr, Bushaltestelle Bremgarten Schloss (ab Bhf. Bern 17:51 Uhr, Bus Nr. 21)

Mitnehmen:

- Samichlouse-Värsli zum Vortragen!
- Gute Laune und warme Kleider
- Dessert, Fondue-Rechaud sind willkommen, bitte bei der Anmeldung angeben

Eintauchen in die Wasser-Welt ...

- Schwimmanzüge
- Badeanzüge
- Bikinis
- Brillen
- Schwimmhilfen
- Trainingsgeräte
- und vieles mehr ...



Tauchsport Käser, Könizstrasse 157, 3097 Liebefeld Bern, www.tauchsport-kaeser.ch



Tauchsport & Käser



SLRG SSS

Ihre Rettungsschwimmer

FREIWILLIG.
SPORTLICH.
ENGAGIERT.
WWW.SLRG.CH

WERDE RETTUNGSSCHWIMMER!



FREIWILLIG.



SPORTLICH.



ENGAGIERT.