

Intyg över nordiskt simkunnighetstest

Utföraren av simkunnighetstestet	
Namn	Födelsedatum

Simkunnighetstestet:

Hopp i djupt vatten så att huvudet går under ytan. Då man kommer upp till ytan ska man simma 200 meter i ett sträck, varav minst 50 meter ska vara på rygg.

Anvisningar för genomförande:

- Testet utförs i simdjupt vatten där fötterna åtminstone inte under hopskedet tar i botten under simmandet.
- Hoppet får göras på valfritt sätt.
- Man får inte använda simglasögon.
- Då man vänder sig vid simbassängens ändor:
 - får man inte sparka fart från bassängväggen
 - får man inte ta i bassängkanten
 - får man inte ta i botten med fötterna.
- Testet har ingen tidsgräns.

Testet kan övervakas av en person som genomgått Finlands Simundervisnings- och Livräddningsförbund rf (FSL) badvakts-, simlärar- eller badmästarkurs. I regel är alla badvakter som arbetar i allmänna simhallar utbildade av FSL. Vid behov kan du kontakta FSL:s kontor, tfn 09 343 6560.

Plats för utförande och övervakare	
Plats (simhallens/ badinrättningens namn och ort)	
Datum	
Övervakarens namn	
Övervakarens telefonnummer	
Övervakarens underskrift och namnförtydligande	

Mer information fås från Gräns- och sjöbevakningsskolan: rekrytointi.rmvk@raja.fi puh. 0295 492 034.