

# Empfehlungen für das Meerjungfrauen-Schwimmen

Die folgenden Empfehlungen wurden von swimsports.ch und mjss.ch erarbeitet. Sie sollen den Leitenden, den ausübenden Kindern und Erwachsenen als Hilfe dienen, den Sport sicher und freudvoll anbieten/ausüben zu können.



Meerjungfrauen-Kurs-Leitende benötigen eine fundierte Wassersportausbildung.

- Die Meerjungfrauenflosse ist keine Schwimmhilfe. Entsprechend sind gute und sichere Schwimmfähigkeiten Voraussetzung. Bei Kindern empfehlen wir den Besuch eines Meerjungfrauen-Schwimmkurses.
- Wir empfehlen hochwertige Meerjungfrauenflossen (Monoflossen und Kostüme) zu verwenden.
- Monoflossen gefertigt aus dünnem Kunststoff, können zu Schnittwunden bei Mittschwimmern führen. Dabei ist das Flossenblatt gleichzeitig zu weich, was das Schwimmen erschwert und somit ein Sicherheitsrisiko bildet. Die Monoflosse muss fest am Fuss halten, auch ohne das Meerjungfrauen Kostüm.
- Meerjungfrauen Kostüme reichen von der Monoflosse, über den Knöchel bis zur Hüfte und müssen enganliegend sein. Das herunterrutschen des Kostüms während dem Schwimmen ist ebenfalls ein Sicherheitsrisiko.

## Meerjungfrauen Baderegeln für Jung und Alt

- Tauche und schwimme immer mindestens zu zweit oder lasse dich durch eine erwachsene Person beaufsichtigen.
- Flüsse, Seen und das Meer sind keine geeigneten Orte um mit den Flossen zu schwimmen.
- Das Schwimmen mit der Meerjungfrauenflosse ist nur für geübte Schwimmende, 25m ohne Hilfsmittel und anhalten bzw. festhalten müssen schwimmend zurück gelegt werden können (Richtwert Krokodil Abzeichen swimsports.ch)
- Aufblasbare Schwimmhilfen bieten keine Sicherheit.
- Schwimme immer mit genügend Abstand zu anderen Badegästen.
- Ziehe die Flossen immer am Beckenrand an.
- Die Flossen sollen nur im Wasser benutzt werden. Ziehe sie immer aus, wenn du an Land bist.
- Lasse niemanden Ungeübten mit deiner Meerjungfrauenflosse schwimmen.