

KV-TODISTUKSEN SUORITTAMISEEN VAADITAAN KAIKKIEN TESTIEN SUORITTAMINEN NS. KV-RAJOISSA

- **"Alku-/lähtötasotestit" (kv / "Almeri")**

- 200 m pelastusuintia (katse menosuuntaan) 5'
- 50 m pelastuselkäuintia (sormet pinnalla) 1'30"
- Sukeltaminen 25m

- **Uv-testit**

- Uinninvalvojan testiuinti 3'
 - Vrt. SUH:n materiaali
- Hengenpelastajan kokonaissuoritus (Pohjoismainen) yhtenäinen suoritus
 - Vrt. SUH:n materiaali
- Kirjallinen koe 70%
 - Vrt. SUH:n materiaali

- **Olosuhdetesti**

- Kylmäuinti / hypotermia 5'

- **"Tekniikka testit"**

- 100 m pelastus räpylöillä 3 eri kuljetusotetta (uhri hallussa)
- Hapenantolaitteen ja defibrillaattorin käyttö
 - laite / laitteiden käyttö
 - tilanne / toiminnan perustelu

- Irrottautuminen
 - tekniset suoritukset erikseen (kaksi otetta edestä ja kaksi takaa)
 - kouluttaja vedessä – testattavalla vaatteet päällä
 - lähtötilanteessa testattava silmät kiinni → kouluttajan tarttuessa kiinni silmät saa avata
 - vapauduttava opetettuja tekniikoita hyväksikäyttäen 5” aikana

- **Aikarajoitteiset testit**

- 300 m uinti vaatteet päällä 8’
 - 300 m räpylöillä 4’30”
 - tyyli vapaa
 - Sukellustesti ”25m ”
 - Pituussukellus → lähtövedestä, sukellaan 10 esinettä jotka 2m levyisellä kaistalla 5 kummallakin puolella noin 2m välein
- Kv. Suorituksessa saatava kaikki renkaat ylös
- 100 m pelastusuinti 1’40”
 - Pelastusrenkaan heittäminen 12m
 - 60 sekunnin aikana
 - uintiradan levyiselle alueelle
 - Kestävyydesti → seuraava osio alkaa edellisen osion aikarajan umpeuduttua
 - Pelastushyppy → 100m pelastusuintia 3’
 - 50 m pelastusselkäuintia (sormet pinnalla) 1’30”
 - 1’ palautumistauko
 - etsintäsukellus 20”