



UJUJA

- oskab valida supluskohta ja arvestada veekoguolusid;
- suudab ujuda vähemalt 50 m, kasutades 3 erinevat ujumisstiili või püsib pinnal 3 min;
- oskab ennast vabastada üleriieetest;
- oskab sukelduda vähemalt 1,5 m sügavusse ja sealt pinnale tuua 2 kg eseme
- oskab teha kunstlikku hingamist ja anda esmaabi uppumise korral.