

# OBSAH

## kapitola 1

### PLAVČÍK

Oblečení  
Osobní vybavení plavčíka  
Plavčík a týmová práce  
Plavčík a právní odpovědnost

## kapitola 2

### PREVENCE

**Směrnice a předpisy**  
Obecné příklady  
Vyžadování dodržování předpisů a pravidel  
Kapacita zařízení  
Sestavení plánu pro normální provoz  
**Dozor a bdělost**  
Vědomí nebezpečí  
Systémy pozorování návštěvníků  
Zásady sledování návštěvníků v bazénu  
Rozmístění a stanoviště plavčíků  
Střídání plavčíků  
**Komunikace**  
Komunikace plavčík-plavčík  
Komunikace plavčík-návštěvník  
Zvukové signály  
**Dohled nad speciálními zařízeními a aktivitami**  
**Plavčík a tělesně postižení**

## kapitola 3

### TAKTIKA

**Povaha nebezpečí**  
Malá nebezpečí  
Velká nebezpečí  
Nebezpečí mimo vodu  
Sestavení plánu pro nebezpečí  
**Taktika při záchraně tonoucího**  
Tonutí a jeho zjišťování  
(spoluautor MUDr. Jan Kaufman)  
Rozpoznání tonoucího  
**Vztah taktiky a techniky záchrany**

## kapitola 4

### ZÁCHRANA

**Plavání**  
Speciální plavecká příprava pro záchranu tonoucích  
**Záchrana tonoucích**  
Osobní zásah  
Záchranné pomůcky  
Plavidla  
**Potápění** (spoluautor Mgr. Jan Kubrycht)  
Základní potápěčská výstroj  
Fyzikální a fyziologické poznámky k potápění s ABC  
Používání základní potápěčské výstroje  
Záchrana tonoucího s použitím ABC

### LITERATURA

### PŘÍLOHY