

AUSSCHREIBUNG

VDST Apnoe Spezialkurs 1

- Ausrichter:** Tauchclub Jena e.V.
- Ausbilder:** Ralf Hildebrandt, VDST TL 2/ VDST Apnoe TL 3
Oleg Selentin, VDST TL 3/ VDST Apnoe TL
Philipp Selentin, VDST TL-2 / VDST Apnoe TL
- Anmeldung:** schriftlich oder per Mail: philipp.selentin@uni-jena.de
Tel: 0160 930 300 94
mittels beigefügter verbindlicher Anmeldung
- Kosten:** 90,00 €, die Anmeldung wird erst mit Zahlung der
Teilnehmergebühr wirksam
- Meldeschluss:** 26. März 2017
- Termin:** 08./09 April 2017 (genauer Zeitplan wird per Mail geschickt)
- Ort:** Bad Bulabana Naumburg
Flemminger Weg 156
06618 Naumburg (Saale)
- Leistungen:** Theorieausbildung, Badeintritt (Wasserzeiten), praktischer
Unterricht im Streckentauchen und statischen Tauchen,
Brevetierung, Yoga-Übungen
Nicht enthalten sind Kosten für Anreise, mögliche
Übernachtung, Essen oder die Kosten für einen Taucherpass.
- Voraussetzungen:** siehe beigefügte SK-Ordnung des VDST
- Teilnehmer:** Minimal 7 Teilnehmer, maximal 15
Bei einer Abmeldung nach Meldeschluss können die
Seminarkosten nicht erstattet werden.



Tauchclub Jena e.V

Verbindliche Anmeldung

Name: _____

Vorname: _____

Anschrift: _____

Geburtsdatum: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Apnoe Spezialkurs 1 an. Ich bin Mitglied in einem VDST-Verein.

Die Teilnahme an der Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Der Tauchclub Jena e.V. haftet nur für Schäden, die durch Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit entstehen.

Den Anweisungen der Tauchlehrer/Übungsleiter ist Folge zu leisten. Der Teilnehmer verpflichtet sich, mit den vom Tauchclub Jena e.V. zur Verfügung gestellten Ausrüstungsgegenständen sorgsam umzugehen und bei Verlust oder Beschädigung den entstandenen Schaden zu ersetzen.

Ich überweise die Gesamtkosten i.H.v. 90 € innerhalb von 14 Tagen auf das Vereinskonto des TCJ IBAN DE 8183 0944 5403 1129 7902; Betreff: „Apnoe 1 + Vorname und Nachname“

Ort, Datum: _____

Unterschrift des Teilnehmers: _____

Bei Teilnehmern unter 18 Jahren auch
Unterschriften aller Erziehungsberechtigten: _____

Anlage: gekürzter Auszug aus der SK-Ordnung des VDST

17. SK Apnoe 1

17.1 Kursziel

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Besonderheiten des Apnoetauchens vertraut gemacht werden.

Hierzu gehören unter anderem die Sicherheitsvorkehrungen, die zur Kontrolle des Partners beim Apnoetauchen erforderlich sind. Nach Abschluss des Kurses soll er

- die Einschätzung seines Leistungsvermögens verbessert haben
- die Trainingsmethoden für das Strecken- und Zeittauchen kennen gelernt haben
- die besonderen Sicherheitsanforderungen kennen und die Übungen für das Apnoetauchen beherrschen
- die Erste-Hilfe-Maßnahme kennen und anwenden können

17.2 Voraussetzungen

Mindestalter:

14 Jahre; bei Minderjährigen ist die Einverständniserklärung der sorgeberechtigten Eltern (in der Regel beider Elternteile) erforderlich. Bei Minderjährigen sollte eine Dokumentation des Aufklärungsgespräches erfolgen

Ausbildungsstufe:

DTSA Apnoe S* oder eine abgeschlossene ABC-Tauchausbildung.

Anzahl der Pflichttauchgänge:

keine

Sonstiges:

gültige Tauchtauglichkeitsbescheinigung

17.4 Theoretischer Teil

Lehrinhalte:

- Medizin (Atemreflex, Atemtechnik, Tauchreflex, Blackout, Lungenfunktion, Erste Hilfe)
- Atem- / Entspannungstechnik
- Trainingsmethoden (konventionelle Methoden, mentale Übungen)
- Sicherungs- und Rettungstechniken
- Ausrüstung
- VDST-Apnoe-Sicherheitsregeln

17.5 Praktischer Teil

Ausrüstung:

- Tauchermaske, Flossen, Schnorchel (zusätzlich ggf. Schwimmbrille)
- Dünne Neoprenbekleidung

Übungen:

- Die erste Übungseinheit im Wasser beinhaltet vorrangig Partnerübungen, bei denen die Schwimm- und Tauchtechnik verbessert werden. Die Atem- und mentalen Entspannungsübungen werden unter Anleitung einer Fachkraft (z.B. Yogalehrer) an Land absolviert.
- Die zweite Übungseinheit im Wasser beinhaltet Beobachtung und Sicherungsmaßnahmen beim Zeittauchen
- Bei der dritten Übungseinheit im Wasser wird das Streckentauchen in Zusammenarbeit mit dem Partner geübt. In dieser letzten Einheit sollen die Teilnehmer ihre erlernten Sicherungsaufgaben selbständig anwenden und vorzeigen. Erste-Hilfe-Maßnahmen sind Übungsbestandteil

17.7 Beurkundung

Nachweis über die Teilnahme an dem SK ist der offizielle VDST Spezialkurs-Einkleber für den Tauchpass.