

13 GDL Freediving Indoor* / DTSA Apnoe Streckentauchen*

13.1 Kursziel

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Grundlagen für das Apnoetauchen vertraut gemacht werden.

13.2 Voraussetzungen

Mindestalter:

12 Jahre; bei Minderjährigen ist die Einverständniserklärung der Personensorgeberechtigten (in der Regel beider Elternteile) erforderlich. Empfehlung: Bei Minderjährigen sollte eine Dokumentation des Aufklärungsgespräches erfolgen

Ausbildungsstufe:

Keine

Anzahl der Pflichttauchgänge:

Keine

Sonstiges:

- Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung (TSU)

Sonderregelungen:

- Bei Vorlage eines DTSA Tauchbrevets beliebiger Stufe entfällt die Übung 0.2

13.3 Ausbilderqualifikation

Ausbilder:

VDST-DOSB Trainer C Breitensport (Apnoetauchen) **nur im Schwimmbad**

VDST-DOSB Trainer C Breitensport (Apnoetauchen) mit DTSA Apnoe S***, VDST Apnoe-Tauchlehrer*/**/ *** sowie VDST-Tauchlehrer */**/**/*/*/*/*/* unter schwimmbadähnlichen Bedingungen

13.4 Theoretischer Teil

Lerneinheiten: Nach Bedarf

Lehrinhalte:

- Grundlagen für das Apnoetauchen

Prüfungsinhalte:

Beantwortung eines vom Ausbilder vorgelegten VDST-Fragebogens zu den vermittelten Lehrinhalten. Dauer der schriftlichen Prüfung und die Bestimmungen über das Bestehen der theoretischen Prüfung sind auf dem Fragebogen angegeben.

13.5 Praktischer Teil

Übungen & Übungstauchgänge (mit ABC-Ausrüstung):

- 0.1 Zeittauchen eine Minute
- 0.2 25 Meter Streckentauchen
- 0.3 10 Meter Streckentauchen in ca. 3-5 Meter Wassertiefe
- 0.4 Anlegen der eigenen Ausrüstung im Wasser ohne Bodenkontakt
- 0.5 Retten eines Apnoetauchers aus 2 bis 5m, Transportschwimmen zum Beckenrand

Ausführungsregeln:

- Die Übung 0.1 wird im Flachwasser ohne Bleigürtel durchgeführt
- Bei den Apnoetauchgängen ist der Erlebnisfaktor zu berücksichtigen

- Für jede Übung sind Vorbereitung (Entspannung), Atemtechnik, Schwimmstil und Tarierung zu überprüfen und ggf. zu korrigieren.

Sicherheitsregeln:

- Hyperventilation ist bei allen Übungen unzulässig.
- Der Bewerber soll nach jeder Übung selbstständig seine Tauchermaske abnehmen und seinen vollständigen Namen nennen.
- Der Bleigurt muss so mit Gewichten bestückt sein, dass der Bewerber ab 3 Meter Tiefe (ohne Flosseneinsatz) auftreibt.

13.6 Erfolgskontrolle

Der Ausbilder stellt durch Auswertung der schriftlichen Prüfung und Anleitung und Überwachung der Übungen im Rahmen der Praxisausbildung fest, ob der Bewerber das jeweilige Kursziel erreicht hat.

Der Ausbilder bespricht mit dem Bewerber regelmäßig während und abschließend zum Ende des Kurses den aktuellen Leistungsstand in Theorie und Praxis.

13.7 Beurkundung

Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an dem Kurs sind ein offizieller Einkleber für den Taucherpass und eine Lizenzkarte. Bei gleichzeitiger Absolvierung des DTSA Apnoe Streckentauchen und Tieftauchen der gleichen Stufe kann zusätzlich eine CMAS-Karte ausgestellt werden.

14 GDL Freediving Outdoor* / DTSA Apnoe Tieftauchen*

14.1 Kursziel

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Grundlagen für das Apnoetauchen vertraut gemacht werden.

14.2 Voraussetzungen

Mindestalter:

12 Jahre; bei Minderjährigen ist die Einverständniserklärung der Personensorgeberechtigten (in der Regel beider Elternteile) erforderlich. Empfehlung: Bei Minderjährigen sollte eine Dokumentation des Aufklärungsgespräches erfolgen

Ausbildungsstufe:

Keine

Anzahl der Pflichttauchgänge:

Keine

Sonstiges:

- Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung (TSU)

Sonderregelungen:

Keine

14.3 Ausbilderqualifikation

Ausbilder:

VDST Apnoe-Tauchlehrer*/**/ *** sowie VDST-Tauchlehrer */**/**/****.

14.4 Theoretischer Teil

Lerneinheiten: Nach Bedarf

Lehrinhalte:

- Grundlagen für das Apnoetauchen

Prüfungsinhalte:

Beantwortung eines vom Ausbilder vorgelegten VDST-Fragebogens zu den vermittelten Lehrinhalten. Dauer der schriftlichen Prüfung und die Bestimmungen über das Bestehen der theoretischen Prüfung sind auf dem Fragebogen angegeben.

14.5 Praktischer Teil

Übungen & Übungstauchgänge (mit ABC-Ausrüstung):

- 0.1 Zeittauchen eine Minute
- 0.2 10 Meter Streckentauchen in ca. 5 Meter Wassertiefe
- 0.3 8 Meter Tieftauchen
- 0.4 Anlegen der eigenen Ausrüstung im Wasser ohne Bodenkontakt
- 0.5 Retten eines Apnoetauchers aus 2 bis 5m, 25m Transportschwimmen

Ausführungsregeln:

- Die Übung 0.1 wird im Flachwasser ohne Bleigürtel durchgeführt
- Bei den Apnoetauchgängen ist der Erlebnisfaktor zu berücksichtigen
- Für jede Übung sind Vorbereitung (Entspannung), Atemtechnik, Schwimmstil und Tarierung zu überprüfen und ggf. zu korrigieren.

Sicherheitsregeln:

- Hyperventilation ist bei allen Übungen unzulässig.
- Der Bewerber soll nach jeder Übung selbstständig seine Tauchermaske abnehmen und seinen vollständigen Namen nennen.
- Der Bleigurt muss so mit Gewichten bestückt sein, dass der Bewerber ab 3 Meter Tiefe (ohne Flosseneinsatz) auftreibt.

14.6 Erfolgskontrolle

Der Ausbilder stellt durch Auswertung der schriftlichen Prüfung und Anleitung und Überwachung der Übungen im Rahmen der Praxisausbildung fest, ob der Bewerber das jeweilige Kursziel erreicht hat.

Der Ausbilder bespricht mit dem Bewerber regelmäßig während und abschließend zum Ende des Kurses den aktuellen Leistungsstand in Theorie und Praxis.

14.7 Beurkundung

Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an dem Kurs sind ein offizieller Einkleber für den Tauchepass und eine Lizenzkarte. Bei gleichzeitiger Absolvierung des DTSA Apnoe Streckentauchen und Tieftauchen der gleichen Stufe kann zusätzlich eine CMAS-Karte ausgestellt werden.

15 GDL Freediving Indoor** / DTSA Apnoe Streckentauchen**

15.1 Kursziel

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Grundlagen für das fortgeschrittene Apnoetauchen vertraut gemacht werden.

15.2 Voraussetzungen

Mindestalter:

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

Ausbildungsstufe:

DTSA Apnoe S*; ersatzweise genügt DTSA* oder eine vergleichbare Qualifikation entsprechend der VDST-Äquivalenzliste

Anzahl der Pflichttauchgänge:

10 Hallenbadeinheiten Streckentauchen seit dem Logbucheintrag „DTSA Apnoe S* beendet“ oder DTSA*

Sonstiges:

- Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung (TSU)

Sonderregelungen:

Keine

15.3 Ausbilderqualifikation

Ausbilder:

VDST-DOSB Trainer C Breitensport (Apnoetauchen) mit DTSA Apnoe S***

VDST Apnoe-Tauchlehrer*/**/***.

15.4 Theoretischer Teil

Lerneinheiten: Nach Bedarf

Lehrinhalte:

- Grundlagen für das fortgeschrittene Apnoetauchen inklusive Sicherung

Prüfungsinhalte:

Beantwortung eines vom Ausbilder vorgelegten VDST-Fragebogens zu den vermittelten Lehrinhalten. Dauer der schriftlichen Prüfung und die Bestimmungen über das Bestehen der theoretischen Prüfung sind auf dem Fragebogen angegeben.

15.5 Praktischer Teil

Übungen & Übungstauchgänge (mit ABC-Ausrüstung):

- 0.1 90 Sekunden Zeittauchen
- 0.2 40 Meter Streckentauchen
- 0.3 Demonstration der vorschriftsmäßigen Sicherung beim Zeit- und Streckentauchen
- 0.4 Retten eines Apnoetauchers beim Streckentauchen, 25m Transportschwimmen und Verbringen zum Beckenrand

Ausführungsregeln:

- Die Übungen 0.2 bis 0.4 sind mit kompletter Apnoeausrüstung zu absolvieren, d.h. mit Neoprenanzug, Bleigürtel mit Gewicht (sofern erforderlich), Tauchermaske, Flossen und Schnorchel. Die Übung 0.1 ist ohne Bleigürtel und Schnorchel durchzuführen.
- Im Rahmen der Übungen sind mindestens 4 Apnoetauchgänge zu absolvieren.
- Bei jeder Übung sind die für das Apnoetauchen bedeutenden Techniken (bzgl. Vorbereitung (Entspannung), Atmung, Schwimmstil, Tarierung) zu überprüfen und ggf. zu korrigieren.

Sicherheitsregeln:

- Das Zeittauchen ist an der Oberfläche durchzuführen.
- Hyperventilation ist bei allen Übungen unzulässig.
- Der Bewerber soll nach jeder Übung selbständig seine Tauchermaske abnehmen und seinen vollständigen Namen nennen.
- Die Sichtbedingungen müssen dem Apnoe-Tauchlehrer eine Absicherung ohne Risiko ermöglichen

15.6 Erfolgskontrolle

Der Ausbilder stellt durch Auswertung der schriftlichen Prüfung und Anleitung und Überwachung der Übungen im Rahmen der Praxisausbildung fest, ob der Bewerber das jeweilige Kursziel erreicht hat.

Der Ausbilder bespricht mit dem Bewerber regelmäßig während und abschließend zum Ende des Kurses den aktuellen Leistungsstand in Theorie und Praxis.

15.7 Beurkundung

Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an dem Kurs sind ein offizieller Einkleber für den Taucherpass und eine Lizenzkarte. Bei gleichzeitiger Absolvierung des DTSA Apnoe Streckentauchen und Tieftauchen der gleichen Stufe kann zusätzlich eine CMAS-Karte ausgestellt werden.

16 GDL Freediving Outdoor** / DTSA Apnoe Tieftauchen**

16.1 Kursziel

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Grundlagen für das fortgeschrittene Apnoetauchen vertraut gemacht werden.

16.2 Voraussetzungen

Mindestalter:

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

Ausbildungsstufe:

DTSA Apnoe T*; ersatzweise genügt DTSA* oder eine vergleichbare Qualifikation entsprechend der VDST-Äquivalenzliste

Anzahl der Pflichttauchgänge:

10 Apnoetauchgänge seit Logbucheintrag „DTSA Apnoe T* beendet“ oder DTSA *

Sonstiges:

- Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung (TSU)

Sonderregelungen:

Keine

16.3 Ausbilderqualifikation

Ausbilder:

VDST Apnoe-Tauchlehrer*/**/**.

16.4 Theoretischer Teil

Lerneinheiten: Nach Bedarf

Lehrinhalte:

- Grundlagen für das fortgeschrittene Apnoetauchen

Prüfungsinhalte:

Beantwortung eines vom Ausbilder vorgelegten VDST-Fragebogens zu den vermittelten Lehrinhalten. Dauer der schriftlichen Prüfung und die Bestimmungen über das Bestehen der theoretischen Prüfung sind auf dem Fragebogen angegeben.

16.5 Praktischer Teil

Übungen & Übungstauchgänge (mit ABC-Ausrüstung):

- 0.1 90 Sekunden Zeittauchen
- 0.2 20 Meter Streckentauchen in 5 Meter Tiefe
- 0.3 15 Meter Tieftauchen
- 0.4 Demonstration der vorschriftsmäßigen Sicherung beim Zeit- und Tieftauchen
- 0.5 Retten eines Apnoetauchers aus 8 bis 10 Meter, 25m Transportschwimmen und Verbringen an Land/ Boot

Ausführungsregeln:

- Die Übungen 0.2 bis 0.5 sind mit kompletter Apnoeausrüstung zu absolvieren, d.h. mit Neoprenanzug, Bleigürtel mit Gewicht (sofern erforderlich), Tauchermaske, Flossen und Schnorchel. Die Übung 0.1 ist ohne Bleigürtel und Schnorchel durchzuführen.
- Im Rahmen der Übungen sind mindestens 4 Apnoetauchgänge zu absolvieren.
- Bei jeder Übung sind die für das Apnoetauchen bedeutenden Techniken (bzgl. Vorbereitung (Entspannung), Atmung, Schwimmstil, Tarierung) zu überprüfen und ggf. zu korrigieren.

Sicherheitsregeln:

- Das Zeittauchen ist an der Oberfläche durchzuführen.
- Hyperventilation ist bei allen Übungen unzulässig.
- Der Bewerber soll nach jeder Übung selbständig seine Tauchermaske abnehmen und seinen vollständigen Namen nennen.
- Die Sichtbedingungen müssen dem Apnoe-Tauchlehrer eine Absicherung ohne Risiko ermöglichen.
- Der Bleigurt muss so mit Gewichten bestückt sein, dass der Bewerber ab 6 Meter Tiefe (ohne Flosseneinsatz) auftreibt.

16.6 Erfolgskontrolle

Der Ausbilder stellt durch Auswertung der schriftlichen Prüfung und Anleitung und Überwachung der Übungen im Rahmen der Praxisausbildung fest, ob der Bewerber das jeweilige Kursziel erreicht hat.

Der Ausbilder bespricht mit dem Bewerber regelmäßig während und abschließend zum Ende des Kurses den aktuellen Leistungsstand in Theorie und Praxis.

16.7 Beurkundung

Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an dem Kurs sind ein offizieller Einkleber für den Taucherpass und eine Lizenzkarte. Bei gleichzeitiger Absolvierung des DTSA Apnoe Streckentauchen und Tieftauchen der gleichen Stufe kann zusätzlich eine CMAS-Karte ausgestellt werden.

17 GDL Freediving Indoor*** / DTSA Apnoe Streckentauchen***

17.1 Kursziel

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Grundlagen für das Apnoetauchen unter erschwerten Bedingungen vertraut gemacht werden.

17.2 Voraussetzungen

Mindestalter:

16 Jahre; bei Minderjährigen ist die Einverständniserklärung der Personensorgeberechtigten (in der Regel beider Elternteile) erforderlich. Empfehlung: Bei Minderjährigen sollte eine Dokumentation des Aufklärungsgespräches erfolgen

Ausbildungsstufe:

DTSA Apnoe S** oder Nachweis eines äquivalenten Brevets

Anzahl der Pflichttauchgänge:

20 Hallenbadeinheiten Streckentauchen seit dem Logbucheintrag „DTSA Apnoe S** beendet“

Sonstiges:

- Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung (TSU)
- AK HLW oder ein HLW-Kurs von Mitgliedsorganisationen der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe (näheres siehe SK Ordnung –AK HLW), nicht älter als 1 Jahr

Sonderregelungen:

Keine

17.3 Ausbilderqualifikation

Ausbilder:

VDST-DOSB Trainer C Breitensport (Apnoetauchen) mit DTSA Apnoe S****
VDST Apnoe-Tauchlehrer*/**/**.

17.4 Theoretischer Teil

Lerneinheiten: Nach Bedarf

Lehrinhalte:

- Grundlagen für das Apnoetauchen unter erschwerten Bedingungen

Prüfungsinhalte:

Beantwortung eines vom Ausbilder vorgelegten VDST-Fragebogens zu den vermittelten Lehrinhalten. Dauer der schriftlichen Prüfung und die Bestimmungen über das Bestehen der theoretischen Prüfung sind auf dem Fragebogen angegeben.

17.5 Praktischer Teil

Übungen & Übungstauchgänge (mit ABC-Ausrüstung):

- 0.1 120 Sekunden Zeittauchen
- 0.2 60 Meter Streckentauchen
- 0.3 Demonstration der vorschriftsmäßigen Sicherung beim Zeit- und Streckentauchen
- 0.4 Retten eines „verunfallten“ Apnoetauchers beim Streckentauchen, 50 Meter Transportschwimmen und Verbringen an Beckenrand / Ufer. Anschließend Demonstrieren der Erste-Hilfe-Maßnahmen/ Notruf.

Ausführungsregeln:

- Die Übungen 0.2 bis 0.4 sind mit kompletter Apnoeausrüstung zu absolvieren, d.h. mit Neoprenanzug, Bleigürtel mit Gewicht (sofern erforderlich), Tauchermaske, Flossen und Schnorchel. Die Übung 0.1 ist ohne Bleigürtel und Schnorchel durchzuführen.
- Im Rahmen der Übungen sind mindestens 6 Apnoetauchgänge zu absolvieren.
- Bei jeder Übung sind die für das Apnoetauchen bedeutenden Techniken (bzgl. Vorbereitung (Entspannung), Atmung, Schwimmstil, Tarierung) zu überprüfen.

Sicherheitsregeln:

- Das Zeittauchen ist an der Oberfläche durchzuführen.
- Hyperventilation ist bei allen Übungen unzulässig.
- Der Bewerber soll nach jeder Übung selbständig seine Tauchermaske abnehmen und seinen vollständigen Namen nennen.
- Die Sichtbedingungen müssen dem Apnoe-Tauchlehrer eine Absicherung ohne Risiko ermöglichen.

17.6 Erfolgskontrolle

Der Ausbilder stellt durch Auswertung der schriftlichen Prüfung und Anleitung und Überwachung der Übungen im Rahmen der Praxisausbildung fest, ob der Bewerber das jeweilige Kursziel erreicht hat.

Der Ausbilder bespricht mit dem Bewerber regelmäßig während und abschließend zum Ende des Kurses den aktuellen Leistungsstand in Theorie und Praxis.

17.7 Beurkundung

Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an dem Kurs sind ein offizieller Einkleber für den Taucherpass und eine Lizenzkarte. Bei gleichzeitiger Absolvierung des DTSA Apnoe Streckentauchen und Tieftauchen der gleichen Stufe kann zusätzlich eine CMAS-Karte ausgestellt werden.

18 GDL Freediving Outdoor*** / DTSA Apnoe Tieftauchen***

18.1 Kursziel

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Grundlagen für das Apnoetauchen unter erschwerten Bedingungen vertraut gemacht werden.

18.2 Voraussetzungen

Mindestalter:

16 Jahre; bei Minderjährigen ist die Einverständniserklärung der Personensorgeberechtigten (in der Regel beider Elternteile) erforderlich. Empfehlung: Bei Minderjährigen sollte eine Dokumentation des Aufklärungsgespräches erfolgen

Ausbildungsstufe:

DTSA Apnoe T** oder Nachweis eines äquivalenten Brevets

Anzahl der Pflichttauchgänge:

20 Apnoetauchgänge seit dem Logbucheintrag „DTSA Apnoe T** beendet“

Sonstiges:

- Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung (TSU)
- AK HLW oder ein HLW-Kurs von Mitgliedsorganisationen der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe (näheres siehe SK Ordnung –AK HLW), nicht älter als 1 Jahr

Sonderregelungen:

Keine

18.3 Ausbilderqualifikation

Ausbilder:

VDST Apnoe-Tauchlehrer*/**/***.

18.4 Theoretischer Teil

Lerneinheiten: Nach Bedarf

Lehrinhalte:

- Grundlagen für das Apnoetauchen unter erschwerten Bedingungen

Prüfungsinhalte:

Beantwortung eines vom Ausbilder vorgelegten VDST-Fragebogens zu den vermittelten Lehrinhalten. Dauer der schriftlichen Prüfung und die Bestimmungen über das Bestehen der theoretischen Prüfung sind auf dem Fragebogen angegeben.

18.5 Praktischer Teil

Übungen & Übungstauchgänge (mit ABC-Ausrüstung):

- 0.1 120 Sekunden Zeittauchen
- 0.2 25 Meter Streckentauchen in 5 Meter Tiefe in kompletter Apnoeausrüstung (Freigewässer).
- 0.3 25 Meter Tieftauchen
- 0.4 Demonstration der vorschriftsmäßigen Sicherung beim Zeit- und Tieftauchen
- 0.5 Retten eines „verunfallten“ Apnoetauchers aus 15 Meter Tiefe an die Wasseroberfläche, 50 Meter Transportschwimmen an der Wasseroberfläche und Verbringen an Land bzw. an Bord.
Anschließend Demonstration der Erste-Hilfe-Maßnahmen/Notruf

Ausführungsregeln:

- Die Übungen 0.2 bis 0.5 sind mit kompletter Apnoeausrüstung zu absolvieren, d.h. mit Neoprenanzug, Bleigürtel mit Gewicht (sofern erforderlich), Tauchermaske, Flossen und Schnorchel. Die Übung 0.1 ist ohne Bleigürtel und Schnorchel durchzuführen.
- Im Rahmen der Übungen sind mindestens 6 Apnoetauchgänge zu absolvieren.
- Bei jeder Übung sind die für das Apnoetauchen bedeutenden Techniken (bzgl. Vorbereitung (Entspannung), Atmung, Schwimmstil, Tarierung) zu überprüfen.

Sicherheitsregeln:

- Das Zeittauchen ist an der Oberfläche durchzuführen.
- Hyperventilation ist bei allen Übungen unzulässig.
- Der Bewerber soll nach jeder Übung selbständig seine Tauchermaske abnehmen und seinen vollständigen Namen nennen.
- Die Sichtbedingungen müssen dem Apnoe-Tauchlehrer eine Absicherung ohne Risiko ermöglichen.
- Der Bleigurt muss so mit Gewichten bestückt sein, dass der Bewerber ab 6 Meter Tiefe (ohne Flosseneinsatz) auftreibt.

18.6 Erfolgskontrolle

Der Ausbilder stellt durch Auswertung der schriftlichen Prüfung und Anleitung und Überwachung der Übungen im Rahmen der Praxisausbildung fest, ob der Bewerber das jeweilige Kursziel erreicht hat.

Der Ausbilder bespricht mit dem Bewerber regelmäßig während und abschließend zum Ende des Kurses den aktuellen Leistungsstand in Theorie und Praxis.

18.7 Beurkundung

Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an dem Kurs sind ein offizieller Einkleber für den Taucherpass und eine Lizenzkarte. Bei gleichzeitiger Absolvierung des DTSA Apnoe Streckentauchen und Tieftauchen der gleichen Stufe kann zusätzlich eine CMAS-Karte ausgestellt werden.