

Apnoe in Erfstadt AK 1 Apnoe

Bezeichnung: TSC-NGDLAPSK1-2025-02

Zielgruppe: Tauchinteressierte mit Vorkenntnissen in Apnoe (DTSA*, Apnoe*, oä)

Ausrichter: Tauchsportclub Nautilus, Erfstadt e.V.

Information: info@tsc-nautilus.de
http://www.tsc-nautilus.de

Termine: Sonntag, 09. Nov 2025, 09:00-12:00 Uhr (Theorie)
Freitag, 21. Nov 2025, 20:30-22:00 Uhr (Praxis)
Freitag, 12. Dez 2025, 20:30-22:00 Uhr (Praxis)

Kosten und Leistungen: 110€ für Vereinsfremde / 90€ für Vereinsmitglieder

Inklusive: Theoretische und praktische Lehrinhalte
Einkleber und Karte nach Teilnahme
Versicherung bis zum Abschluss der Ausbildung

Benötigte Ausrüstung: ABC-Ausrüstung (Maske, Flossen, Schnorchel)
Kälteschutz, Blei
Yoga-Matte + Bequeme Kleidung + dicke Socken

Kursziel: Die Kursteilnehmer sollen in Theorie und Praxis mit den Besonderheiten des Apnoetauchens im Hallenbad vertraut gemacht werden. Hierzu gehören unter anderem die Atem- & Entspannungsübungen, Schwimm-/Tauchtechniken und Sicherheitsvorkehrungen, die zur Kontrolle des Partners beim Apnoetauchen erforderlich sind.
Nach Abschluss des Kurses wirst du die Einschätzung deines Leistungsvermögens verbessert haben, die Trainingsmethoden für das Strecken- und Zeittauchen kennen gelernt haben, die besonderen Sicherheitsanforderungen kennen und die Übungen für das Apnoetauchen beherrschen und die Erste-Hilfe-Maßnahme kennen und anwenden können.

Voraussetzungen:

- Tauchtauglichkeitsuntersuchung
- DTSA Apnoe S* oder eine abgeschlossene ABC-Tauchausbildung
- Mindestalter 14 Jahre (Minderjährige nur mit Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten)

Anmeldung: Meldeschluß 31. Okt'25 per online Plattform: <https://www.tsc-kontakt.de>

Teilnehmerzahl: mindestens 3 (maximale Teilnehmerzahl: 6)

Hinweis: Die Teilnehmer verpflichten sich eines SEPA-Lastschrifteinzuges. Dieser wird bei Meldeschluss getätigt. Seminarkosten bei Absagen nach Meldeschluss werden nicht erstattet! Nach Meldeschluss wird im Fall der Absage die Seminargebühr NICHT rückerstattet.