

# Tauchsportclub Weimar e. V.

Mitglied im Verband Deutscher Sporttaucher e. V.



## Kontrollbogen GDL Freediving Indoor/ Outdoor\* DTSA Apnoe Streckentauchen\* DTSA Apnoe Tieftauchen\*

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Tauchtauglichkeit: \_\_\_\_\_

Einverständniserklärung der Personensorgeberechtigten: \_\_\_\_\_

Nachweis Aufklärungsgespräch: \_\_\_\_\_

**Theoretischen Prüfung** bestanden am: \_\_\_\_\_

### DTSA Apnoe Streckentauchen\*

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 5 m,  
Transportschwimmen zum Beckenrand \_\_\_\_\_

### DTSA Apnoe Tieftauchen\*

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 5 m,  
25 m Transportschwimmen \_\_\_\_\_

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) auftriebt.

Stand: 30.03.2022