

Tauchsport-Club Kressbronn e.V.  
Alexander Gottwald  
mail@alexander-gottwald.de

#### **SEMINARDATEN:**

Abteilung WLT Ausbildung - Apnoe  
Titel **SK Apnoe 1 - Schwimmbad**  
Zielgruppe alle am Apnoetauchen interessierten Wassersportler ab 14 Jahren  
Ziel vermitteln der Besonderheiten des Apnoetauchens in Theorie und Praxis im Schwimmbad

#### **Inhalt**

Theoretische Grundlagen des Apnoetauchens, Atem- und Entspannungsübungen, Tauchtechniken und Partnersicherung. Tauchstile, Trainingstipps, Ausrüstung.  
Die Einschätzung des eigenen Leistungsvermögens verbessern. Trainingsmethoden für das Zeit- und Streckentauchen kennenlernen, die Sicherheitsregeln kennen und die Absicherung für das Apnoetauchen beherrschen. Erste Hilfe Maßnahmen kennen und anwenden können.

#### **Voraussetzungen**

Mindestalter 14 Jahre (Bei Minderjährigen ist die Unterschrift beider Elternteile erforderlich). Gültige Tauchtauglichkeitsuntersuchung oder Selbsterklärung zum Gesundheitsstand. GDL Indoor Basic/ DTSA Indoor Basis (mind. abgeschlossene ABC-Ausbildung)

**Termin** von Samstag 14.10.23, 9:30 Uhr bis Sonntag, 15.10.2023, 14 Uhr

**Lehrgangsort** Hallenbad Kressbronn  
Maicher Str. 21, 88079 Kressbronn am Bodensee  
  
Gemeindebücherei der Gemeinde Kressbronn  
Hemighofener Straße 11, 88079 Kressbronn am Bodensee

**Anmeldeschluss:** 17.09.2023

**Kosten** 120 Euro

#### **Zahlungsbedingungen**

Überweisung (Bankverbindung wird in der Anmeldebestätigung mitgeteilt, auf Überweisung unbedingt Teilnehmer-Name und Titel des Seminars angeben).  
Die Lehrgangsgebühr beinhaltet die Kosten für Sportstätten, die Aufwandentschädigung der Referenten und die Teilnahmebestätigung (VDST-SK-Einkleber).

Tauchsport-Club Kressbronn e.V.

IBAN DE93651915000158885007

#### **Mitzubringen**

ABC-Ausrüstung, dünner Neoprenanzug (lang empfohlen), Blei (kein Taschenbleigurt, Halsblei falls vorhanden), Uhr, bequeme Sportkleidung für Sporthalle und Bad, Yogamatte, Handtuch, Schreibutensilien, Bestätigung der Tauchtauglichkeit oder Selbsterklärung zum Gesundheitsstand.  
Getränkeflasche für Selbstversorgung.

#### **Bemerkungen**

12 LE TrC/TL-Fortbildung, wenn das Seminar zum zweiten Mal belegt wird.

Es gelten die zum Zeitpunkt der Veranstaltung gültigen Covid-Regeln.

**Teilnehmerdaten:**

Name, Vorname

Straße, PLZ, ORT

Geburtsdatum

Telefonnummer

Emailadresser

**Bestätigung Seminarteilnahme**

Einkleber für Seminarteilnahme:  ja /  nein

Plastikkarte für Seminarteilnahme:  ja /  nein

**Brevet Streckentauchen: (VDST-Mitgliedsnummer erforderlich)**

Brevetierung VDST/GDL-Streckentaucher\*\* gewünscht (Kosten 20€/Pers.)?  ja /  nein

Zusätzlich VDST Mitgliedsnummer:

**Fortbildungsstunden gewünscht ?**  ja /  nein

(Voraussetzung gültige TrC/TL-Lizenz und zweite Teilnahme am SK Apnoe 1- Seminar)

**Ansprechpartner WLT e.V.**

Guido Grünenwald

Mobil +49 157 5514 1370

email [guido.gruenenwald@wlt-ev.info](mailto:guido.gruenenwald@wlt-ev.info)

**Ansprechpartner Tauchsport-Club Kressbronn e.V.**

Alexander Gottwald

Mobil +49 179 4565116

Email [mail@alexander-gottwald.de](mailto:mail@alexander-gottwald.de)