



## MEIN ERSTER TAUCHKURS - WANN BENÖTIGE ICH WELCHE UNTERLAGEN?

Autorin: Sandra Fiehe

Auf dem Weg zu Deinem ersten international anerkannten Tauchschein **CMAS\*** für das Gerätetauchen beginnst Du bei uns zunächst in der Schwimmhalle mit Flossenschwimm- und Tauch-Übungen mit „ABC“, also mit Flossen, Maske & Schnorchel. Tauchscheine werden übrigens oft auch „Brevet“ genannt. Als Verein sind wir dem VDST (Verband Deutscher Sporttaucher e. V.) angeschlossen und bilden nach dessen Richtlinien aus. Der VDST stellt Deutsche Tauchsportabzeichen (DTSA) für das Gerätetauchen aus, welche zugleich Abzeichen des Tauchsportweltverbandes, der Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (CMAS) sind und damit weltweit anerkannt werden.

In unserem **ABC-Training** erlernst Du den grundlegenden Umgang mit Flossen, Maske und Schnorchel. Dazu gehört neben dem Schnorcheln mit Flossen über eine gewisse Distanz auch Strecken- und Zeittauchen und das ab- und wieder aufsetzen der Maske unter Wasser inklusive dem sogenannten "ausblasen" der Maske. Schließlich muss dies bei Gerätetauchgängen auch während des Tauchgangs unter Wasser funktionieren.

Parallel solltest Du unsere **Theorievorträge** besuchen, in denen wir Dir praxisnah all das nötige Wissen für die Theorieprüfung zum CMAS\* vermitteln: Physik und Medizin, aber auch viel Wissen über die Ausrüstung und Tauchpraxis und etwas zur Umwelt und unseren Tauchgewässern.

Abnahmekarte zum Grundtauchschein für den Hochschultauchkurs in Aachen	
Übung	Ergebnis
<input type="checkbox"/> 1. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 2. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 3. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 4. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 5. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 6. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 7. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 8. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 9. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 10. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 11. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 12. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 13. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 14. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 15. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 16. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 17. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 18. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 19. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 20. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 21. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 22. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 23. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 24. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 25. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 26. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 27. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 28. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 29. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 30. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 31. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 32. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 33. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 34. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 35. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 36. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 37. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 38. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 39. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 40. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 41. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 42. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 43. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 44. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 45. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 46. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 47. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 48. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 49. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 50. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 51. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 52. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 53. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 54. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 55. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 56. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 57. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 58. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 59. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 60. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 61. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 62. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 63. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 64. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 65. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 66. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 67. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 68. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 69. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 70. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 71. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 72. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 73. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 74. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 75. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 76. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 77. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 78. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 79. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 80. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 81. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 82. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 83. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 84. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 85. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 86. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 87. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 88. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 89. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 90. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 91. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 92. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 93. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 94. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 95. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 96. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 97. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 98. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 99. ABC-Übung	
<input type="checkbox"/> 100. ABC-Übung	

Um alles Nötige auf Deinem Weg zum Tauchschein im Blick zu haben, bekommst Du von uns eine "**Abnahmekarte**". Diesen Zettel solltest Du zum Training immer dabei haben, dann können unsere Ausbilder Dir die erfolgreich absolvierten "Übungen" direkt abzeichnen.

Sobald einige Übungen mit ABC gut klappen und auf Deiner Abnahmekarte unterschrieben sind, kannst Du in Abstimmung mit einem Ausbilder die ersten **Tauchgänge am Drucklufttauchgerät (DTG) in der Halle** machen.

# ANLEITUNGEN, TIPPS & TRICKS

## MEIN ERSTER TAUCHKURS UND NÖTIGE UNTERLAGEN



Zur Ausbildung am DTG benötigen wir die medizinische Bestätigung Deiner **Tauchtauglichkeit!** Die entsprechende Tauchtauglichkeits-Untersuchung (TTU) bieten diverse Mediziner und insbesondere Tauch- und Überdruckmediziner an. Details und einen Vordruck zum "Untersuchungsbogen und Zertifikat" findest Du bei der Gesellschaft für Tauch- und Überdruckmedizin: [www.gtuem.org](http://www.gtuem.org)

Die Hallen-Ausbildungstauchgänge am DTG machen wir mit Dir vorzugsweise im 2er-Team mit einem weiteren Beginner - so macht es für Dich / Euch als Tauchteam mehr Spaß! Für Termine kannst Du unsere Ausbilder (Übungsleiter und Tauchlehrer) ansprechen/anmailen. In der Schwimmhalle haben wir angenehme Bedingungen und benötigen kein Neopren. Dort lernst Du alle nötigen Grundlagen im Umgang mit dem Drucklufttauchgerät. Für mit Ausbildern verabredete Ausbildungstauchgänge kannst bei unseren Verleihern Ausrüstung leihen und baust vor dem Tauchgang unter Aufsicht eines Ausbilders selbst das Drucklufttauchgerät (bestehend aus Flasche, Atemregler-Set und "Jacket"/Tariermittel) zusammen. Wir führen gemeinsam als Team Tauchgänge in der Halle durch und machen dabei verschiedene Übungen, bis Du dich sicher unter Wasser bewegst. Dazu gehört das Trieren (stabiles schweben und "Höhe halten" im Wasser), aber auch das Wechseln des Atemreglers, das ab- und wieder aufsetzen der Maske, verschiedene Sprünge und noch einiges mehr. Insgesamt sind es etwa 5 Tauchgänge in der Halle, bis Du soweit bist und für alle auf der Abnahmekarte aufgeführten Übungen eine Unterschrift bekommen hast.

Sobald du alle auf unserer Abnahmekarte genannten praktischen Übungen mit ABC und mit DTG erfolgreich absolviert hast und auch die Theorieprüfung zum CMAS\* schreibst und bestehst, hast Du den „**VDST Grundtauchschein**“.

Den VDST Grundtauchschein können wir Dir bescheinigen<sup>1</sup>, oder Du machst am besten direkt **weiter mit etwa 5 Ausbildungstauchgängen im Freigewässer zum CMAS\*** - einem international anerkannten Tauchschein!

# ANLEITUNGEN, TIPPS & TRICKS

## MEIN ERSTER TAUCHKURS UND NÖTIGE UNTERLAGEN



Für die Ausbildung im Freiwasser zum CMAS\* bekommst Du von uns wieder eine "Abnahmekarte", so haben wir alle einen Überblick über Deine Ausbildung und die nötigen Übungen.



Tauchgänge werden "geloggt", d. h. Du solltest Dir bei unserer Ausbildungsleitung ein **Logbuch** besorgen<sup>1</sup> oder selbst basteln/ ausdrucken. Im Logbuch listest Du all Deine Tauchgänge mit Datum, Tauchplatz, Tauchzeit und maximaler Tiefe auf und lässt den Tauchgang je vom "Buddy" - Deinem Mittaucher/Ausbilder – gegenzeichnen.

Eigentlich kennst Du die Inhalte der Ausbildungstauchgänge schon aus den Übungen in der Halle. In Neopren eingehüllt und bei nicht ganz so klarer Sicht im teils etwas kühlen See ist es dann aber doch etwas anderes! Tarieren ist dank des Neoprens und anderer Tiefen, die wir im Freigewässer aufsuchen, nun nicht mehr ganz so einfach wie in der Halle. Und auch das übrige Bedienen der Ausrüstung fühlt sich mit Neoprenhandschuhen anders an - ganz zu schweigen von dem Maske ab- und wieder aufsetzen, wenn man eine Neopren-Kopfhaube trägt.

Für Deine Tauchgänge zum CMAS\* kannst Du jederzeit bei unseren Tauchlehrern anfragen und Termine verabreden. Bei den Tauchgängen suchen wir je nach Gewässer und anstehenden Übungen geeignete Stellen auf: wo wir nicht allzu viel Sediment aufwirbeln oder sogar eine unter Wasser aufgestellte "Plattform" vorfinden. Oft genügt auch schon eine optische "Referenz"— z. B. ein markanter Felsen, einen Baumstumpf oder eine feste Bojenverankerung.

Sobald Du erfolgreich alle Übungen zum CMAS\* im Freigewässer absolviert hast, bekommst Du **Deinen Tauschschein, das CMAS\* Brevet** ausgestellt. Dafür füllst Du zusammen mit Deinem Ausbilder einen **PIC-Bogen**<sup>1</sup> des VDST aus, auch den bekommst Du bei der Ausbildungsleitung des ATC. Ausgefüllt schickst Du den Bogen per Post zum VDST. Vom VDST bekommst Du dann eine Kunststoffkarte ausgestellt, auf der Deine Brevetierung (mehrsprachig) ersichtlich ist.



# ANLEITUNGEN, TIPPS & TRICKS

## MEIN ERSTER TAUCHKURS UND NÖTIGE UNTERLAGEN



Außerdem bekommst Du einen Einkleber über das Brevet. Wohin nun mit dem Einkleber? Dafür gib es einen **Taucherpass**.

Im Taucherpass<sup>1</sup> sammelst Du alle Brevetierungen und die Nachweise Deiner Teilnahme an weiteren Aufbau- und Sonderkursen. Es gibt zum Beispiel Aufbaukurse zu den Themen „Orientierung“, „Gruppenführung“ und „Nachttauchen“, aber auch Nitrox und viele weitere Themen die wir auf Anfrage immer wieder anbieten.



Außerdem stempelt der Vorstand des ATC in Deinem Taucherpass jährlich Deine Mitgliedschaft - damit kannst Du nachweisen, dass Du über Deine Vereins- und zeitgleich VDST-Mitgliedschaft versichert bist.

Und auch Deine medizinische Tauchtauglichkeit kannst Du im Tauchpass eintragen lassen. So hast Du im Taucherpass immer alle nötigen Unterlagen zusammen, die am Tauchgewässer ggf. vorzuzeigen sind!

Viel Spaß und viel Erfolg wünscht Dir,

Euer Aachener Tauchclub e.V.

---

<sup>1</sup> Bei der Ausbildungsleitung des ATC kannst Du jederzeit auf Anfrage alle Unterlagen, Taucherpass, PIC-Bogen, Logbuch und auch Beurkundungen zum VDST Grundtauchschein kaufen. Wir haben immer einen kleinen Vorrat der wichtigsten Dinge vom VDST da.