

ANLEITUNGEN, TIPPS & TRICKS

MEIN ERSTER TAUCHKURS UND NÖTIGE UNTERLAGEN



Die entsprechende **Tauchsportärztliche Untersuchung** (TSÄU, oft auch Tauchtauglichkeits-Untersuchung (kurz: TTU) genannt) bieten sehr viele Humanmediziner und insbesondere Tauch- und Überdruckmediziner an. Deine Ausbilder können Dir auch Kontaktdaten nennen. Details und einen Vordruck zum "Untersuchungsbogen und Zertifikat" findest Du bei der Gesellschaft für Tauch- und Überdruckmedizin: www.gtuem.org



Die **DTG-Ausbildung** (Ausbildungstauchgänge am DTG; in der Schwimmhalle) machen wir mit Dir vorzugsweise im 2er-Team. Gemeinsam mit einem weiteren Beginner macht es für Dich / Euch als Tauchteam mehr Spaß! Für Termine kannst Du unsere Ausbilder (Übungsleiter und Tauchlehrer) ansprechen/anmailen. Oft koordinieren wird das auch über eine Messenger-Gruppe, melde Dich dazu bei der Ausbildungsleitung (Ausbildung@atc-ev.de). In der Schwimmhalle haben wir angenehme Bedingungen und Du lernst alle nötigen Grundlagen im Umgang mit dem Drucklufttauchgerät. Neopren wird nicht benötigt, dennoch ist es sinnvoll ein T-Shirt / Lycra überzuziehen.

Für die mit einem Ausbilder verabredeten Termine zu Ausbildungstauchgängen kannst Du bei unseren Verleihern Ausrüstung leihen. Das Drucklufttauchgerät (bestehend aus Flasche, Atemregler-Set und "Jacket"/Tariermittel) baut jeder selbst vor dem Tauchgang (unter Aufsicht eines Ausbilders) zusammen. Wir führen dann 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 ins Wasser und noch einiges mehr. Insgesamt machst Du mindestens 5 Tauchgänge in der Halle, bis Du für alle auf dem Kontrollbogen aufgeführten Übungen eine Unterschrift bekommen hast.

Die Flasche kannst Du übrigens selbst wieder füllen – melde Dich beim Kompressorwart (Kompressorwart@atc-ev.de), damit Du eine Einweisung und Füllberechtigung an unserer Füllanlage des ATC erhältst.

Sobald Du die praktischen Übungen mit ABC und mit DTG erfolgreich absolviert hast und auch die Theorieprüfung zum CMAS* schreibst und bestehst, kannst Du Deinen ersten Tauchschein bekommen, den **DTSA Grundtauchschein bzw. GDL Pool Diver des VDST**. Diesen können wir Dir bescheinigen², oder Du machst am besten direkt **weiter mit 5 Ausbildungstauchgängen im Freigewässer zum GDL* Sports Diver / DTSA* / CMAS*** - einem international anerkannten Tauchschein!

ANLEITUNGEN, TIPPS & TRICKS

MEIN ERSTER TAUCHKURS UND NÖTIGE UNTERLAGEN



Für die **Ausbildung im Freiwasser zum GDL* Sports Diver / DTSA* / CMAS*** bekommst Du von uns wieder einen "Kontrollbogen", 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** besorgen² oder selbst eines 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.

GDL* Sports Diver / DTSA* - Kontrollbogen Teil 2/2
für Mitglieder des Aachener Tauchclub e.V. (beinhaltet CMAS* Diver)
Ausbildungstauchgänge im Freigewässer

Vorname und Name: _____ Datum, Unterschrift eines Trainers C/TL _____

Vorleistungen/Voraussetzungen (Beis. Übertrag aus Kontrollbogen Teil 1/2)

ABC-Übungen absolviert, DTG-Ausbildung im Schwimmbad vollständig.
Tauchplatzärztliche Untersuchung gültig bis _____
 Alter < 18 J.
 Alter < 18 J.: Einverständniserklärung aller Erziehungsberechtigten liegt vor
Theorieprüfung GDL Sports Diver / DTSA* bzw. CMAS* nach VDSST e.V. bestanden
(muss spätestens zum Abschluss des Brevets vorliegen)

Übungen im Logbuch 8 Tauchgänge müssen für die Ausbildung des ATC

TG	5 Ausbildungstauchgänge (je mit DTG im Freigewässer, max. 3 TG am Tag, je TG von mind. 15 Minuten und 6-15 m Tiefe)	Datum, Stempel, Unterschrift TL
1.1	Ausrüstung überprüfen, anlegen, nach TG versorgen.	
1.2	Hauptatemregler aus dem Mund nehmen, auf den Zweitatemregler wechseln, Hauptregler ausgeatmet. Wieder zurück wechseln.	
1.3	Masken absetzen, wieder aufsetzen, ausblasen in mind. 5 m Tiefe.	
- Zusatzübung: "Wiederangehen" des Herauskommen, losgelassenen und herabhängenden Atemreglers.		
2.1	10 min mit vollständiger Ausrüstung an der Oberfläche schnorcheln, wechsellnde Lagern in jedem Fall auch Rückenlage / Seitenlage ohne Verwendung des Schnorchels) und mit selbständigem Orientieren.	
4.1	Tarierung in drei verschiedenen Tiefen (je tiefe eine Atmung über die Lunge und bei Bedarf mit dem Infurator) - Trim & Tarierung: mind. 1 Minute ausstrahlt auf der Stelle schweben in horizontaler Wasserlage und mit ca. 1 m Abstand zum Grund (je nach Sicht)	
2.3	Geschwindigkeitskontrollierter Freiwasseranflug aus max. 10 m, Stopp von mind. 3 min auf 3 oder 5 m Tiefe	
2	Orientierung: einfache Unterwasser-Navigation (z. B. Richtung des Rückweges bestimmen)	
4.2	Geben von und Reagieren auf fünf LW-Pflichtzeichen	
4.3	Gaspenside / Luftnotsituation (Out-of-Gas (OOG)): Herausnehmen des Atemreglers in max. 5 m Entfernung zum Tauchpartner, zum Partner in konstanter Tiefe mit entsprechenden Luftnot-Zeichen (Hilfszeichen, Nutzung dessen Hauptatemreglers (Empfang Gaspenside)), Fortsetzung des Tauchganges für 5 Minuten unter Atmung aus dem Hauptatemregler des Tauchpartners mit sinnvoller Schlauchführung, Wiederholung in umgekehrter Rolle (als Luftgeber)	
4.4	Geschwindigkeitskontrollierter Freiwasseranflug am Hauptatemregler des Tauchpartners aus der maximalen Tiefe (je nach Tauchplatz) bis auf 5 m mit deutlichem Stopp und dann langsam an die Oberfläche.	
1.1	Transportieren des „verunfallten“ Tauchpartners an die Wasseroberfläche bis an Land bzw. an Bord	
3.2	Demonstrieren der Seitenlage und Schocklage, Aufzählen der nachfolgenden Maßnahmen, um die Rettungsausrüstung in Gang zu setzen.	
5.0	Tauchgang unter erschwerten Bedingungen z. B. 15-20 m Tiefe oder Strömung oder Nacht oder schlechte Sicht oder Bootsausgang oder Bogen setzen aus 10 m	

Hierliches Glückwunsch! Oder Deinem Ausbilder dankst Du dir nun Dein offizielles Brevet besitzend und ausstrahlen lassen. Viel Spaß im Wasser, und atmet ab und zu auch sichere Tauchgänge! *Gut Luft!*

Die Übungen in den Ausbildungstauchgängen kennst Du schon aus der DTG-Ausbildung in der Schwimmhalle. 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 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 im Freigewässer 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 suchen eine unter Wasser aufgestellte "Plattform" auf. 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 international anerkannten Tauschschein, den GDL Sports Diver und das CMAS* Brevet** ausgestellt. Dafür füllt Dein Ausbilder online ein Formular aus (und wird Dich dazu nach einigen persönlichen Daten fragen und um 19,50 € bitten).

Ein vorläufiges Brevet kannst Du sofort bekommen, einige Tage später erhältst Du Post vom VDST mit der Kunststoffkarte, auf der Deine Brevetierung (mehrsprachig) ersichtlich ist.



ANLEITUNGEN, TIPPS & TRICKS

MEIN ERSTER TAUCHKURS UND NÖTIGE UNTERLAGEN



Außerdem bekommst Du vom VDST einen Einkleber über das Brevet.

Wohin nun mit dem Einkleber? Dafür gib es einen **Taucherpass!**

Im Taucherpass² sammelst Du alle Brevetierungen und später auch die Nachweise Deiner Teilnahme an weiteren Aufbau- und Sonderkursen. Als weiteres Brevet empfiehlt sich z. B. „Nitrox“. Aufbaukurse gibt es unter anderem zu den Themen „Orientierung“, „Gruppenführung“ „HLW“ und „Nachttauchen“ und Sonderkurse im Bereich „Naturschutz“ und Tauchen mit Kamera (Foto / Video). Diese und viele weitere Themen bieten wir Dir gern auf Anfrage an. Weitere Infos dazu in einem separaten Dokument!



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 Taucherpass eintragen lassen. So hast Du im Taucherpass immer alle nötigen Unterlagen & Nachweise zusammen, die am Tauchgewässer / an einer Urlaubstauchbasis ggf. vorzuzeigen sind!

Viel Spaß und viel Erfolg wünscht Dir,

Dein Aachener Tauchclub e.V.

¹ Viele Brevets enthalten zeitgleich auch eine Zertifizierung nach den Richtlinien des Tauchsportweltverbandes, der Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (CMAS). Dies gilt z. B. für DTSA* / GDL Basic, allerdings nicht für den Grundtauchschein / Pool Diver.

² Bei der Ausbildungsleitung des ATC (Ausbildung@atc-ev.de) kannst Du jederzeit auf Anfrage alle Unterlagen, Taucherpass, Logbuch und auch Beurkundungen zum DTSA Grundtauchschein / GDL Pool Diver kaufen. Wir haben immer einen kleinen Vorrat der wichtigsten Dinge aus dem VDST-Shop da.